AROMATERAPIE®
Karel Hadek

Vyhodnocení letní fotografické soutěže

Atemol

Ohlédnutí...

Super jalovec

časopis pro krásu a zdraví č. 3/2009

Už je to hrozně dávno, to jsem ještě býval malý kluk. Můj dědeček měl tenkrát živnost. Nevím proč, neříkalo se tomu holičství, ale oficína. Krom toho, že tam někdy stříhal a někdy „štucoval“ hlavy sousedů, také občas kamsi odcestoval s prázdným kufrem, aby se později vrátil s plným. Jeho obsah se pak skládal z různých druhů cigaret, které si holení a stříhaní u něho kupovali. Partyzánky za Kčs 1,60 byly ty nejlevnější. Pak si ještě pamatuji na Lípy, Letky a Globusky. A taky tabák, Taras Bulba. V paměti mi uvízly na tehdejší dobu luxusní cigarety Memfis. Asi proto, že jsme s bratránkem občas nějakou tu memfisku z otevřené krabičky dědečkovi šlohli a někde za bukem ochutnávali, jak kouření šmakuje. Při návštěvách u dědečka jsem posedával v oficíně „mezi chlapy“ a poslouchal, o čem se baví. Dělal jsem, že všemu rozumím a plně chápu. Jó, to bylo v padesátých letech, a tak se nedivím, že když někdo začal o politice, dědeček říkával imperativním hlasem a se vztyčeným prstem, že politika do kšeftu nepatří. Já sice netušil proč, ale to mi došlo mnohem později. Dědeček dobře věděl, že do Valdic nebo Leopoldova by mě k němu jen tak nepustili. Od té doby uteklo nejen v řece Jizeře, která protékala a dodnes protéká kousek od místa, kde děda stříhával, hodně vody.

Politická situace se podstatně změnila, já jsem se postupem času „dopracoval“ zhruba do tehdejšího dědečkova věku, a tak asi není vůbec divné, že se zabývám otázkou, jak je to dnes. Patří politika do kšeftu či nikoli? Ať situaci hodnotím jakkoli, nezbývá, než zvednout prst, přesně tak, jako to dělával dědeček, a prohlásit, že nepatří! Důvodem již dávno není obava, že bych problémy s lymfatickým oběhem, projevy atopického ekzému, či jenom rozpraskané byť bolestivé paty musel řešit ve Valdicích, Leopoldově či na Mírově. V dnešní době je to o něčem jiném. Stačí vyslovit jméno nějakého politika a ve většině případů se běžnému občanovi České republiky chce zvracet. Pokud se někomu udělá nevolno, vždy doporučuji éterický olej z máty peprné. Má fakt páru a opravdu pomáhá. Bohužel, nikoli v případě, že se nevolno a na zvracení dělá z politiků. Nebavme se tedy o politice. Line se z ní stejně tak penetrantní, jakož i arogantní smrad. Z toho pak odvozuji, že je vhodné bavit se o aromaterapii. Je o vůních, které někdy zpříjemňují život, jindy i navrací zdraví. A tomu by s nastupujícím podzimem měly napomáhat i stránky tohoto podzimního vydání časopisu Aromaterapie.

Váš Karel Hadek

Mimo soutěž, a přesto oceněna!
Foto Dana Horešovská.

Podat ruku politikovi?
Ne, ne! Otočit se k němu zády a ukázat mu… broskvičku!

obsah

NOVINKY . . . . . strana 2–11

Atemol
Lecitol MSC-N pro maséry
Aroma-Budík
Ochranné roušky
Rozmarýn až z konce světa
Voňavé Lecitoly:
Lindenol proti svědění
Lecitol Royale
Lecitol Ylja
Lecitol Walo
Virosan
Jalovec extra

AKTUÁLNÍ TÉMA . . . . . strana 12–15

Nejen o prasečí chřipce
Čajovník roste
Aromaterapie a ošetřování pokožky na podzim

ZAJÍMAVOSTI, ZKUŠENOSTI A RADY 16

Ohlédnutí a milá vzpomínka

ŠKOLA AROMATERAPIE . . . . . strana 17–20

Rozmarýnový olej
Vitamin A

Z VAŠICH DOPISŮ . . . . . strana 21–24

Víte že?
Jak mne ovlivnilo absolvování kurzu Aromaterapie

PORADNA KARLA HADKA . . . . . strana 25–32

KOUTEK PRO MAMINKY . . . . . strana 33–35

KURZY . . . . . strana 36

VYHODNOCENÍ SOUTĚŽE . . . . . strana 37

CENÍK PREPARÁTŮ . . . . . strana 38–47

NA POSLEDNÍ STRÁNCE . . . . . strana 48

Fotosoutěžení

Takto barevná je i podzimní sleva, která platí do 20. 10. 2009

AROMATERAPIE® Karel Hadek

Atemol

Zatímco pro většinu z nás ta největší příjemnost léta, spojovaná s dovolenými a prázdninami, začíná cestou na jih a končí cestou zpět na sever, tedy domů, sluníčko se tradičně pomalu, ale jistě, touto dobou „stěhuje“ právě naopak, tedy k jihu. Dny se nám zase krátí a nejen to. Slunečných dnů pomalu ubývá, nepříjemně chladná rána jsou stále častěji na každodenním pořádku. Nebude dlouho trvat a nepostradatelným průvodcem se nám opět stane (ne)přítel kapesník. Sychravé podzimní počasí s sebou pro mnohé z nás pravidelně přináší nejen problém „mokrého“ nosu. Ani kašel nelze označit za našeho přítele. Je to již celý rok, co jsem na základě různých podnětů vytvořil kompozici éterických olejů, jež dostala název *Atemol*. Mnohým se již naskytla příležitost tento, jak velice účinný, tak i příjemně vonící, preparát vyzkoušet. Vykazuje vynikající antimikrobiální a protizánětlivé účinky, ulehčuje dýchání a co je velice podstatné, utišuje křeče hladkého svalstva, tedy působí i proti kašli.

Účinné složení tohoto preparátu tvoří výběr toho nejlepšího, co může aromaterapie v této oblasti nabídnout. Éterické oleje z mateřídoušky, máty peprné, badyánu a dalších pochopitelně nemohly chybět. A tak v aromalampě, na kousku buničiny, či bavlněném hadříku pokapaném pár kapkami *Atemolu* byly po celý den vítanými společníky jak těch nejmenších, tak i dospěláků. V ložnicích se pak *Atemol* osvědčil hlavně díky uklidňujícím účinkům a napomáhal zajišťovat klidný a nerušený spánek.

V případě silného kašle se v praxi jak u dospělých, tak i větších dětí velice osvědčilo i používání ochranné roušky tak, jak bylo popsáno v *Aromaterapii* č. 2/2009, na str. 16–18.

Běžně však postačí buničinový či bavlněný kapesníček s pár kapkami *Atemolu* položený na polštář v blízkosti hlavy.

Atemol lze samozřejmě použít i vnitřně. Jedna kapka se aplikuje několikrát denně přímo do úst, smíchá se slinami a pomalu polyká. Tuto aplikaci bych však doporučoval jen u dospělých. U větších dětí se mi pak jako vhodnější jeví osvědčená metoda s „chlebovou či houskovou tabletou“. V úvahu též přichází medová alternativa, kdy na 250 g/ml medu přidáme 50 kapek *Atemolu* a vmícháme nejlépe elektrickým ručním mixérem, neboť ruční vmíchávání je velice obtížné a zdlouhavé. Jedna čajová lžička takto připravené medové speciality (cca 5 ml) pak obsahuje jednu kapku preparátu *Atemol*. A u těch úplně nejmenších bych pak doporučoval výhradně a jenom výše popsanou inhalaci.

Karel Hadek

	10 ml	20 ml	50 ml	100 ml
4219 Atemol	163.-	260,-	520,-	884,-

Lecitol MSC-N pro maséry

Potěšitelné informace od klientů, kteří si vyzkoušeli Lecitoly „na vlastní kůži“, jednoznačně svědčí o spokojenosti, kterou tyto lecitinové multifunkční preparáty díky svým vlastnostem vyvolávají. Objevil se však i větší počet připomínek, výhradně od masérů, které byly důvodem k zamyšlení. Nežijeme v době, kdy se každý topí v penězích. Lecitoly se plně osvědčily nejen při kosmetickém ošetřování pokožky, ale i při masážích. Jako základní olej na masáž celého těla by se pak oba základní Lecitoly, které se již v nabídce nachází, nechaly označit jako luxusní. A to nejen co se účinnosti týče. Samozřejmě, že oleje, které se v recepturách nachází, mají svoji cenu, a nelze je

zařadit mezi levné. Došlé dotazy se pak dají shrnout do jediné myšlenky: Bylo by možné vyvinout Lecitol, který by měl vynikající „lecitinové“ účinky již nabízených Lecitolů, ale cenově by byl přijatelný jako základní olej na běžné masáže? A tak vzniklo průběžně několik receptur, kde „drahým” olejům bylo určeno místo „na střídačce“ a do hry vstoupily oleje s příznivými cenovými relacemi. Dle přísloví, že nejlepší zůstává až do finále, byla receptura MSC-N vyhodnocena jako nejlepší. Zde bych rád znovu upozornil, že vůbec neplatí, že drahý olej je o cenový rozdíl lepší než olej levný. Tak zvané „potravinářské” oleje jsou na světových trzích levnější hlavně proto, že se vyrábějí ve velkém, průmyslově a jejich sklizeň je strojová. Co se jejich biochemického složení týká, zase se jedná jen a jen o danému druhu typické směsi mastných kyselin jakož i doprovodných substancí, které pak také mohou hrát důležitou roli. I zde je nutno pozorně vnímat složení jednotlivých olejů a z toho odvoditelné účinky. Při použití olejů, které všeobecně zařazuji do kategorie nosiče účinných látek, nikoli mezi účinné látky samotné, je celkem jasné, že *Lecitol MSC-N* co do účinků nelze stavět na stejný stupeň jako např. *Lecitol Super*. K tomu mu zcela jednoznačně chybí obsah např. oleje z pšeničných klíčků, brutnákového a dalších. Konec konců jeho posláním není maximální schopnost pěstování pokožky, jeho úkolem je být vynikajícím masážním médiem a fyziologickým nosičem účinných látek. A zde mu pak, dle mého, nelze nic vytknout.

V *Lecitolu MSC-N*, samozřejmě kromě lecitinů a vitamínů, najdeme i kompozici olejů, která vykazuje středně rychlé vstřebávání do pokožky. Toho bylo dosaženo vyváženým poměrem jednotlivých mastných kyselin. K použitým olejům patří např. mandlový, kanolový, sójový a další.

Tato kompozice bude zcela jistě vítaným doplněním nabídky. Cena *Lecitolu MSC-N* je opravdu mimořádně příznivá a během jeho testování se prokázalo, že jej lze použít na téměř každou masáž. Sportovní začínaje a relaxační konče. Neutrální forma *Lecitolu MSC-N* pak masérům nabízí onu jedinečnou možnost připravit svému klientovi pomocí éterických olejů i jeho individuální preparát, ať již dle individuálních představ, či dle terapeutických potřeb. Na rozdíl od „hotových“ preparátů tak *Lecitol MSC-N* rozšiřuje nabídku, která tak umožňuje daleko širší, individuální využití možností, jež aromaterapie nabízí. I v tomto případě navíc platí, že každý masér či masérka se zcela automaticky, ať se jim to líbí nebo ne, stávají současně i „kosmetičkou“, neboť, kromě základní funkce masážního média, *Lecitol MSC-N* současně pokožku i pěstuje. A to ať již v neutrální formě, či s přidanými účinnými látkami – éterickými oleji. Použití je pak běžné, jako u ostatních Lecitolů, či jiných masážních olejů. I zde platí doporučení, že po vstřebání oleje není nutné za účelem obnovení skluznosti přidávat další množství Lecitolu, ale stačí v průběhu masáže opakovaně zvlhčovat ruku teplou vodou a tím skluznost na pokožce masírovaného obnovovat. Tímto opatřením se vyvarujeme vmasírování nadměrného množství oleje do pokožky. Po ukončení masáže pak není třeba žádné přebytky stírat či smývat. Ač je v úvodu lecitolových novinek napsáno voňavé Lecitoly, tento preparát se od ostatních liší v tom, že sice vonět bude, ale nikoli od výrobce. Jeho „navonění“ již ponechávám plně na vás.

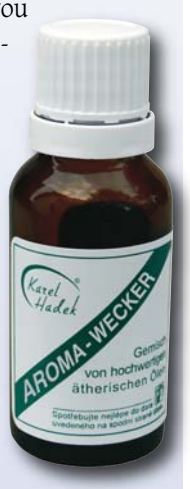
A tak prvních deset objednávajících obdrží tento preparát k individuálnímu „navonění“ zcela zdarma.

Karel Hadek

	200 ml	500 ml	1 000 ml	5 l	10 l
2721 Lecitol MSC-N	99,-	188,-	320,-	1382,-	2667,-

Aroma-Budík

Pojem, kterému jsou věnovány následující řádky, se pro mnohé řidiče stává doslova a do písmene postrachem. Kdo by neznal termín mikrospánek, když jeho hrůzné důsledky vídáme vpravdě pravidelně, např. na televizních obrazovkách. Já sám rád jezdím v noci hned z několika důvodů. Tím nejdůležitějším asi bude, že si to vůbec mohu dovolit, neboť i v noci dobře vidím. Dále pak díky životnímu stylu patřím k „sovám“ a projezdit noc mi nedělá nejmenší problémy. No a potom již přichází důvody praktické. V noci je daleko menší provoz a dle mého subjektivního posouzení tedy i vyšší bezpečnost na silnici. Nechá se tak cestovat podstatně rychleji a jaksi beze stresu. Přesto nemohu říci, že bych nevěděl, jak mikrospánek může přijít. Jeden ani nemusí cítit únavu či dokonce potřebu spát. Náhle se začnou u vpředu jedoucích vozidel rozmlžovat koncová světla a... Je nad slunce jasné, že mikrospánek není jen záležitostí noční. Únava se za volantem může přikrást v kteroukoli noční i denní dobu. Krátký spánek na parkovišti tak může zabránit i spánku věčnému. Samozřejmě při jakémkoli pocitu únavy je tím ideálním řešením zastavit a odpočinout si. Každý, kdo jezdí, ví, že v tomto případě se může stát, že parkoviště, či vhodné místo k odpočinku nemusí být zrovna na dosah. Konec konců zastavit na dálnici a odpočívat… Tak to je spíš hloupý vtip. I zde může dokonale pomoci aromaterapie. Směs éterických olejů *Aroma-Budík* je již dlouhá léta mým průvodcem a přiznávám se, použil jsem ji již mnohokráte. Není to zázrak, který by vyhnal spaní z těla a umožnil beze spánku cestovat tak dlouho, jak se zlíbí. To od tohoto preparátu ani nikdo nežádá. Lze ho vnímat jako pojistku na dojetí k nejbližšímu možnému místu odpočinku. V takovém případě poslouží naprosto dokonale. Jeho použitím se člověk okamžitě probere a zbaví únavy na dobu zhruba 10–20 minut. Možných aplikací je hned několik. Vzhledem k tomu, že nosím vousy, otřu si kapací vložku lahvičky o vousy a „Aroma-Budíka“ inhaluji. Nabízí se i možnost kápnout olejíček na kapesník a inhalovat. Tento postup však budeme používat spíše ve chvíli, kdy zrovna neřídíme. Asi nejvhodnější bude prostě olíznout kapací vložku lahvičky. Jeho chuť je ostrá, ale příjemná. Nástup účinku okamžitý. Ať již jako investice řidiče samotného, a je jedno, zda amatéra na dlouhé trati, či profesionála, nebo jako dárek řidičům, myslím, že by neměl chybět ve výbavě nikoho, kdo usedá za volant. V dnešní době jsou automobily vybavovány různými drahými technickými vymoženostmi za účelem zvyšování pasivní bezpečnosti. Na mikrospánek ale mezi nimi nic nenajdeme. Ve srovnání s drahou technikou v autě se jedná o doslova halířovou záležitost. Dokonce ani do servisu se s „Aroma-Budíkem“ nemusí. Jeho záruční doba pak obnáší celé 3 roky. Navíc preparát *Aroma-Budík* se osvědčí i při bolestech hlavy, kdy stačí vetřít po jediné kapce do spánků, či při nevolnosti a dýchacích problémech.



Pokud se krom čtení časopisu *Aromaterapie* věnujete i řízení automobilu (nikoli obojímu současně) a padlo rozhodnutí si onoho tekutého *Aroma-Budíka* pořídit, je reálná šance, že budete patřit k oněm deseti, které bude v případě potřeby budit zdarma.

Karel Hadek

	10 ml	20 ml	50 ml	100 ml
4220 Aroma-Budík	162.-	259,-	518,-	881,-

Ochranné roušky

S přicházejícím chladným ročním obdobím by jistě nebylo rozumné brát na lehkou váhu varování, že kromě krás podzimu bude toto období příhodné pro šíření různých chorob, včetně prasečí chřipky. Jistě mnozí budou mít osobní potřebu i důvody se před onemocněními chránit. A nelze se tomu divit. Již onemocnění samo o sobě není pro nikoho vůbec ničím příjemným. Pro mnohé vedle toho také znamená dočasné vyřazení z pracovního procesu a s tím spojenou ztrátu výdělku. Nemoc se tak stává, ironicky míněno, doslova luxusní, velice drahou záležitostí. Ochranná rouška by tedy měla být zcela jednoznačně široce používanou prevencí.

Řekl bych, že je to doslova hned dvojitá ochrana. Těm zdravým nabízí vynikající ochranu před možnou infekcí. Používání ochranných roušek by mělo být samozřejmostí i pro ty, kteří se již někde nakazili a onemocněli. Tímto způsobem efektivně brání šíření nemoci ve svém okolí, či přenosu na své blízké. Abych vyloučil používání pro tyto účely nevhodných „prachových“ roušek, rozhodl jsem se pro eventuální zájemce zařadit jako doplněk do nabídky i vhodné ochranné roušky, jež jsou schopny zachytit i choroboplodné zárodky.

Karel Hadek

Upozornění: Vzhledem k obrovskému zájmu o tyto roušky se mi podařilo dojednat dodací termín až na 15. září. Objednávky ochranných roušek bude možné vyřizovat až po tomto datu.

6000 Ochranná rouška zelená 5 ks – 10,-

Neprasečí dovětek.

Již v době, kdy byl článek o prasečí chřipce, uvedený dále v tomto čísle Aromaterapie, sepsán, přišlo z Asie, speciálně z Číny, hlášení o výskytu plicního moru. A nejen o výskytu této verze moru, ale i o obětech tohoto pro nás exotického a téměř neznámého onemocnění. Čína je sice hodně daleko, v případě šíření podobných, vysoce nakažlivých chorob, je pak ale svět proklatě malý. Důvodem proč „malý“ je skutečnost, že se jedná o snad nejnakažlivější formu moru. Schéma jeho šíření se pak velice podobá schématu, dle něhož se šíří i chřipka. Je zde však jeden zásadní rozdíl, který bych hodnotil jako velice pozitivní. Zatímco chřipka je onemocnění virového původu, pak plicní mor je původu bakteriálního. Bakterie způsobující plicní mor, pak ku prospěchu pro nás, není tak životaschopná a mimo hostitele, tedy volně na vzduchu, je relativně rychle „deaktivována“.

To však na nebezpečnosti onemocnění právě plicním morem nic nemění. Jedná se o velmi vážné onemocnění, které má velmi rychlý, často smrtí končící průběh (i přes 90 %). Vzhledem k čerstvosti zprávy je velice obtížné k ní cokoli říci. V žádném případě tuto zprávu nelze přehlížet. Pohled do historie by měl být poučením. V minulém století bylo ve světě zdokumentováno několik epidemií plicního moru. Za šiřitele těchto epidemií byli zcela jednoznačně označeni nakažení „cestovatelé“! V době nebývalého rozmachu turistiky pak je to z Číny do Evropy opravdu jen pár hodin letu. Jak pro zdravé, tak i pro nemocné…

Nechci v žádném případě sýčkovat a vidět epidemii plicního moru kráčet po EU. Ale o multirezistenci mikroorganizmů na antibiotika už víme své. A tak by mě vůbec nepřekvapilo sdělení, které by v blízké budoucnosti mohlo následovat a které občas slýcháme např. u onemocnění tuberkulózou jakož i mnoha

dalších mikroorganizmy způsobovaných chorob: Léčba antibiotiky nezabírá. A tak i zde je třeba mít na vědomí, že riziko nakažení nejen plicním morem, ale mnoha dalšími nemocemi je dáno hlavně tam, kde je vyšší koncentrace lidí.
Možnosti individuální ochrany před různými nákazami dané používáním ochranných roušek, navíc v účinku aktivovaných éterickými oleji, které vykazují jak antimikrobiální, tak i antivirální účinky (např. *Candiöl, Virosan*) jsou dle mého tou nejlepší a velice spolehlivou prevencí. Karel Hadek

Rozmarýn až z konce světa

Kdysi takovéto označení platívat mohlo. Konec konců mě k němu inspirovala kniha Aloise Jiráska „Z Čech až na konec světa“. Moje španělské řádky však budou úplně o něčem jiném. O krásně teplém olejíčku ze slunné Andalusie.
V rubrice „Škola aromaterapie“ se v tomto čísle věnuji rozmarýnovému oleji pocházejícímu z druhu *Rosmarinus officinalis* a „stěžuji si“ na rozdílná složení dle místa původu.
Rozmarýnový olej jsem zařadil do nabídky již v dobách svých začátků. A tak se klienti firmy měli možnost seznamovat s rozmarýnovým olejem „extra“, který je původem z Tunisu. Jedná se tedy o cineolový typ. Jeho jistou přednost spatřuji v tom, že ač prokrvující a povzbuzující olej, je současně i velice jemný s vynikající dermální snášenlivostí. Nejen to, i jeho cena je na světových trzích příznivá.
Příznivci aromaterapie se stávají v průběhu let stále náročnější, přichází od nich stále více požadavků na různé speciality. V žádném případě nejde jen o „exotické“ éterické oleje. Občas se sice stává, že se objeví žádosti např. o fialkový olej (10 ml cca 5000,-), lotosový květ (10 ml cca 6500,-), ale ve chvíli, kdy uvedu cenu, zájem zmrzne a s ním i úsměv. Je zde však i mnoho olejů, které bych do nabídky rád zařadil, ale jak už jsem psal, jsou to speciality s nízkou prodejností. Zařazením do nabídky bych ani zájemcům, ani firmě AKH dobrou službu neprokázal. Na skladě takové oleje stárnou a klient buď obdrží méně kvalitní postarší olej, a nebo by ho firma musela ke své ztrátě zlikvidovat. Rozmarýnového oleje se neprodejnost z důvodů vysoké ceny netýká, a tak jsem se rozhodl zařadit do nabídky i „drsnějšího“ rozmarýnového bratra ze Španělska. Byť díky vyšším mzdovým nákladům na jeho výrobu ve Španělsku je olej z Andalusie o poznání dražší. Tento olej, díky podstatně vyššímu obsahu kafru na rozdíl od oleje tuniské provenience, vykazuje i vyšší schopnost prokrvovat a u vnímavých jedinců se pak ve výjimečných případech může projevit i vyšší dermální dráždivost. Po pravdě řečeno je to ale i otázka dávkování a celkového přístupu. Poznatky, které jsem v průběhu let nashromáždil, naopak svědčí o všeobecně vynikající snášenlivosti. U všech prokrvujících olejů je však individuální obezřetnost nutná. Co se použití kafrového typu týče, lze ho doporučit hlavně na masáže těla tam, kde chceme silně prokrvit pokožku. Dále bych mu dal i přezdívku „rehabilitační“ olej, neboť po úrazech, např. zlomeninách, velice účinně podporuje kvalitní a rychlé srůstání, jakož i urychluje následnou rehabilitaci. Rozpoznávání, či posuzování jednotlivých typů rozmarýnových olejů „oňucháváním“ není nijak jednoduché. Pokud jsou ale oba typy olejů při ruce, daleko vhodnější by asi bylo napsat „při nose“, pak cineolový typ jde svou vůní do směru eukalyptu, zatímco u kafrového typu je daleko silnější pachová informace přibližující jej kafrovému oleji.
Článek je dopsán, i zde se již těší deset lahviček, že k prvním deseti objednávajícím poputuje novinka z Andalusie prokrvovat zcela zdarma. Karel Hadek

	10 ml	20 ml	50 ml	100 ml
4100 Rozmarýnový olej spa.	137.-	221,-	442,-	752,-

Voňavé Lecitoly

Multifunkční oleje *Lecitol Z* a *Lecitol S* se po zařazení do nabídky firmy staly pro mnohé doslova kosmetickými miláčky. Abych pravdu řekl, vůbec mě to nepřekvapilo. Asi i proto, že vše, co prochází vývojovou laboratoří, dostane pochopitelně jako první „ochutnat“ moje pokožka. A ta si tento nový, multifunkční typ olejů vpravdě vychutnávala. Zatímco já jsem musel díky velice širokému spektru použití Lecitolů řešit otázku jejich vhodného zařazení do katalogu, vyvolávala tato nová generace lecitinových olejů u mnohých podiv nad skutečností, že tyto preparáty lze použít jako koupelové oleje, lze se s nimi osprchovat, jsou vynikajícími masážními oleji a dokonale poslouží jako bezvodé krémy, či bezvodá pleťová mléka. Otázku, zda nabídka dvou olejů v neutrální formě, tedy bez éterických olejů, bude pro příznivce voňavých preparátů dostatečná, jsem vůbec neřešil. Mezi námi, díky mé profesionální deformaci by odpověď stejně mohla být jen ano. Vždyť přece stačí ke zvolenému Lecitolu přidat potřebné množství, tedy pár kapek éterických olejů, protřepat a vše je připraveno k použití. Vůbec jsem neřešil skutečnost, že ne každý má dané éterické oleje k dispozici, že by se pěkně prodražilo kvůli lahvičce neutrálního Lecitolu potřebné olejíčky pořizovat. A tak nikoli pomalu, ale jistě, spíše často a hustě přicházely dotazy, zda by nebylo možno tyto malé kosmetické zázraky nabídnout i jako voňavé alternativy. Samozřejmě, zde není problém říci ano… Ale jakou kompozici stvořit, aby krásně voněla pokud možno co nejširší klientele? A nejde jen o vůni. V době, kdy se kožní problémy šíří v populaci ještě rychleji než korupce mezi politiky, jistě nepohrdneme ani vhodnými terapeutickými účinky. Co se nabídky jednotlivých éterických olejů týče, příroda nám jich předkládá opravdu širokou paletu. Vzájemnými kombinacemi jednotlivých olejíčků pak z palety široké vzniká paleta doslova a do písmene nekonečná. A tak volba byla jako vždy těžká, přetěžká. Nejen můj nos, ale i nosy v okruhu mých známých se musely zhostit čichacího domácího úkolu. Jak jsme to zvládli? Odpověď na tuto otázku ještě neexistuje. Tou pak bude zájem klientů, kterým jsou nové voňavé Lecitoly určeny.

Lindenol proti svědění

Jak jsem se již v úvodním textu zmínil, různých kožních problémů v populaci neustále přibývá a mnohé z nich mají i velice nepříjemné průvodní projevy. Jedním z nich je svědění, které je svou intenzitou někdy „pouze nepříjemností“, jindy, bez jakéhokoli přehánění, může přivádět pomalu až k šílenství.
Nemusí však jít vždy jen o přímé kožní problémy. Je známou skutečností, že svědivost pokožky se projevuje i při různých nemocech, např. onemocnění jater, ledvin, při diabetu a dalších. Pochopitelně i nevhodné kosmetické ošetřování tenzidovými preparáty – pěny do koupele, tenzidová mýdla, ať již pevná či tekutá, šampony a další při dlouhodobém používání narušují kyselý hydrolipidový ochranný plášť pokožky, umožňují její vysychání, a po čase tak provokují vznik svědivosti.
Množí se nejen dotazy, jak může pomoci aromaterapie u samotných kožních problémů, ale právě i u svědivosti. Stále se zvyšující počet dotazů pak svědčí i o faktu, že standardní medicína si s tímto problémem neví rady. Léky, které by spolehlivě a dlouhodobě mohly pomoci, prostě nejsou známy. A tak řešení problému svědivosti vidím jako značně problematickou záležitost. Asi i proto, že schéma vzniku svědivosti ještě není plně vysvětleno. Další zajímavostí svědění je jeho „nakažlivost“. Občas stačí jen pomyslet na něco, co svědivost způsobuje, a svědění se téměř automaticky dostaví. Je tedy evidentní, že i psychika zde hraje mimořádnou roli.

Nejspolehlivějším způsobem, jak se svědivosti zbavit, by bylo odstranění příčiny jeho vzniku. Lehko řečeno, obtížně splnitelné. Ke slovu přichází aromaterapie se svými éterickými oleji a jejich nosiči. Již samotné Lecitoly v neutrální formě pokožku příjemně ošetřují a dodávají jí vhodné lipidy. Kompozice éterických olejů se pak stará o uklidnění až „uspání“ nervových vláken a podstatnému snížení až vymizení pocitu svědivosti. Účinnost *Lindenolu* se na pokožce projevuje velice aktivními pocity chladu, ke kterým dochází drážděním chladových receptorů. Ke slovu zde přichází máta peprná, kozlík lékařský, hřebíček, meduňka a další.

Pochopitelně i zde má *Lindenol* omezenou dobu účinnosti, po kterou je schopen svědivost „vyřadit z provozu“. Poté se musí aplikace opakovat. Jeho nespornou výhodou však je, že na rozdíl od podávaných útlumových medikamentů nemá žádné negativní vedlejší účinky. Spíše naopak, pokožku pěstuje. *Lecitol Lindenol* pak speciálně u svědivosti vidím jako téměř ideální nosič účinných látek právě díky jeho multifunkcionalitě. V jeho složení se nachází např. následující oleje: shea, pupálkový, aloe vera, kanolový, lněný. Samozřejmě, že i v tomto preparátu nechybí ani vitamin E a A.

Pokud jste článek o svrbění dočetli až sem a máte pocit, že vyprovokoval svědění vašeho těla a preparát nyní musíte rychle objednat, pak neotálejte. Jak tradice velí, prvních deset, kteří si tento preparát objednají… Ale to už přece znáte!

Karel Hadek

	20 ml	100 ml	200 ml	500 ml	1 000 ml
2722 Lecitol Lindenol	41,-	172,-	292,-	584,-	993,-

Lecitol Royale

Přestože pojednání o tomto preparátu by mohlo začínat chvalozpěvy o jeho překrásné, podmaňující vůni, začnu jej představovat slovy, která slýchám až neobvykle často: „Tak takovéto informace o možnostech použití olejů jsem ještě neslyšela…“ Reklama propagující pleťová mléka se může strhat při prezentaci jejich, bohužel povětšinou vybájených, účinků a předností. A tak se nelze divit, že pleťové mléko je pleťové mléko a jinak to být prostě nemůže. Staří Řekové, Římané, Egypťané pleťová mléka podle mně dostupných informací neměli, a přesto přežili. Zato měli vonné oleje a masti. A tak i já budu psát o oleji, a ne ledajakém, ale půvabně voňavém. Zatímco Kleopatra již víc než 2 000 let spí spánkem věčným, vývoj voňavých olejíčků neusnul. Nevím, zda staré civilizace ve své kosmetice používaly i lecitin. Tak starý ještě nejsem, abych to pamatoval a historici o této oblasti mlčí. Spíše tedy ne. Ale pokud ano, pak nejspíše ve formě vaječných žloutků. I dnes se různé formy lecitinů získávají ze žloutků, ale já při vývoji a výrobě preparátů upřednostňuji, tedy i používám, výhradně lecitiny vyzískané z rostlinného materiálu. Preparát *Lecitol Royale* je kompozicí vysoce kvalitních olejů, které většinou mají díky obsahovým složkám již samy o sobě charakter účinné látky. Rád bych zmínil olej z pšeničných klíčků, brutnákový a pupálkový, velice jemné oleje z mandle, jader hroznového vína a další. Pravý bulharský růžový olej, jakož i další růžově vonící oleje. Prostě přímo královská kompozice. A použití? Éterické oleje tohoto preparátu mají antibakteriální a antiseptické účinky, byť při srovnání s některými jinými éterickými oleji podstatně slabší. O to aktivnější je jejich schopnost uklidňovat nervové napětí a celkově harmonizovat. Ideální kompozice v době plné stresu. A nikoli jen stresu každodenního, lze jej označit i jako jedinečného společníka těhulek při přípravě k porodu a při jeho průběhu. Běžně pak používán ve večerních

hodinách se zcela jistě osvědčí i jako mírné sedativum voňavě podporující usínání. To ostatní už ponechám jen a jen na vás. Od relaxačního masážního oleje, přes olejíček po koupeli, který, pokud se nanáší na mokrou pokožku, vytváří vynikající emulzi, kterou v tomto případě s potěšením nenazvu jen pleťovým mlékem, ale přímo pleťovou „šlehačkou“.
I v tomto případě je kůžička prvních deseti objednávajících zvána ke královské ochutnávce zcela zdarma.

Karel Hadek

	20 ml	100 ml	200 ml	500 ml	1 000 ml
2723 Lecitol Royale	51,-	214,-	324,-	648,-	1103,-

Lecitol Ylja

Hned v úvodu bych rád ubezpečil, že *Lecitol Ylja* je aromaterapeutickou novinkou a nikoli nějakým tím dědictvím po Vladimíru Yljičovi, který se tenkráte ještě psal s měkkým I. Pojmenování dostává tento skvost po dvou krásně vonících éterických olejích, YLangu a JAsmínu. Pointu jsem již prozradil, a tak vzniká otázka, co o tomto olejíčku psát dále. Možnosti použití jsou samozřejmě prakticky stejné jako u předešlého *Lecitol Royale*. Z rostlinných olejů se v receptuře nachází např. olej z jader andské růže, makadamiový, jojobový, z vlašských ořechů, rýžových klíčků a další.
I tento preparát je pro pokožku díky dané kompozici rostlinných olejů v kombinaci s lecitinem a vitaminy exkluzivitou, co se ošetřování i pěstování týče.
Vůní se však *Ylja* od *Royalu* naprosto odlišuje. Jak o jasmínu, tak i ylangu se velice často píše, že mají afrodiziakální účinky. Já vždy proti tomuto tvrzení protestuji, věcně vzato je to jen a jen komerční formulace, ale… Partnerská masáž, společná koupel… Zde tento preparát svou úžasnou vůní nechává zapomenout na starosti všedního dne. Jistým způsobem i forma „alkoholu“, která odbourává psychické zábrany, ale bez obav – žádná promile se po něm nenadýchají. Tato krásná květinová vůně jako by v sobě skrývala i sluneční teplo, které ke svému růstu jmenované rostlinky tolik potřebují. Bez zajímavosti není ani další z jeho účinků, který se ale vůbec netýká mužů – jim v tomto směru nepomůže, ani kdyby si to přáli. Olejíček bych rád doporučil jako porodní, neboť podporuje porod a současně i napomáhá odbourávat porodní stres. Tím to ale nekončí. Stejně jako fenyklový masážní olej i *Lecitol Ylja* aktivuje funkci mléčných žláz (je mi líto, ale pánů se to opět netýká). A abych nezapomněl, *Ylju* vřele doporučuji na masáže těm, kteří trpí na nepravidelnou srdeční činnost.
Ať již bude *Ylja* používán pro své terapeutické účinky, nebo jen pro svou úžasnou vůni, jedno je jisté. Používateli nádherně provoní jak kůžičku, tak i den.
Pokud povídání o *Yljovi* vzbudilo váš zájem, pak je to jen a jen dobře. Pokud si ho objednáte, pak i zde prvních deset objednávajících obdrží preparát zdarma. A v kontextu s výše uvedeným to může klidně znamenat, že to sice bude „jen“ prvních deset objednávajících, ale dvacet uživatelů.

Karel Hadek

	20 ml	100 ml	200 ml	500 ml	1 000 ml
2724 Lecitol Ylja	52,-	218,-	371,-	742,-	1261,-

Lecitol Walo

Po *Lecitolech Royale* a *Ylja*, jež kromě specifických účinků okouzlí hlavně svými vůněmi, následuje specialita, *Lecitol Walo*, kde v popředí nestojí půvabná vůně, zato však jeho velice

zajímavé terapeutické účinky. Kompozice rostlinných olejů, která má funkci nosiče účinných látek, se skládá např. z následujících olejů: z hroznových jader, z vlašských ořechů, jojobového, světlicového, kanolového. Toto složení spolu s vitaminy A a E a lecitinem zajišťuje velmi dobré a rychlé vstřebávání tohoto média. Kromě funkce nosiče účinných látek současně velice aktivně ošetřuje a pěstuje pokožku. Z mého pohledu velice důležitý fakt, neboť právě to se od tohoto preparátu žádá. Z éterických olejů pak jsou zastoupeny např. jalovec, vavřín, borovice či kadidlovník. Jmenovaná kombinace rostlinných a éterických olejů napovídá, že tento preparát bude velice vhodný při problémech s látkovou výměnou všeobecně. Jedná se o specialitu zlepšující tok lymfatických tekutin a podporující vylučování toxických látek z organizmu. Je tedy vhodný např. při otocích či ukládání kyseliny močové v tkáních (dna). Mimořádné pozornosti pak zaslouží tento preparát, jakož i např. oleje koupelový jalovcový či sprchovací jalovcový, od diabetiků. Je známou skutečností, že jak jalovcový tak i borovicový a vavřínový olej stimulují činnost slinivky břišní. S touto chorobou se však kromě jiných pojí ne zřídka i kožní problémy. Díky své multifunkčnosti je tento preparát odpovědí na otázku, čím v případě diabetu nejlépe, nejvhodněji a nejšetrněji pokožku ošetřovat, jak ji pěstovat. Preparát bych doporučil ve vší opatrnosti vyzkoušet i alergikům. Kompozice éterických olejů v *Lecitolu Walo* je originální i tím, že stimuluje činnost kůry nadledvinek. V mnoha případech tedy právě tento preparát pomůže pomoci vyhnout se používání kortikoidů při různých kožních potížích.

Karel Hadek

	20 ml	100 ml	200 ml	500 ml	1 000 ml
2725 Lecitol Walo	47,-	196,-	333,-	666,-	1132,-

Snad jen jako připomenutí, příprava různých lecitolových variant byla popsána v Arom. č. 2/2008, str. 4–6. Nemáte-li ji v tištěné formě, lze ji najít na našem webu.

Virosan

O antimikrobiálních účincích éterických olejů toho víme na základě empirických poznatků celkem dost a musím říci, že tyto znalosti se v praxi každodenně velice efektivně uplatňují. Konec konců v době, kdy se různé mikroorganizmy staly vůči rozličným lékům rezistentními, se vlastně ani není čemu divit. O jednotlivých složkách éterických olejů víme i to, že některé z nich vykazují i antivirální účinky. Zde jsou však poznatky o účincích o poznání horší. Ve světě aromaterapie se éterické oleje sice proti virům používají, ale díky obrovskému množství virů není známo, až na malé výjimky, které oleje jsou na jednotlivé viry účinné. Problém je dán samozřejmě i rychlou mutagenitou samotných virů. Stále vznikají nové a nové verze, informace o nich musí být nejprve sbírány a vyhodnocovány. Přesto se domnívám, že mnou vyrobená kompozice s prokazatelně antivirálními účinky by mohla být nápomocná i v prevenci prasečí chřipky. Použití *Virosanu* je celkem jednoduché. Již pár kapek nakapaných na ochrannou roušku napomůže viry nejen zachytit, ale éterické oleje je svým chemizmem napomáhají i likvidovat. Dále pak lze *Virosan* použít stejně jako jiné směsi v aromalampě, zvlhčovačích vzduchu, stejně dobře ale poslouží nakapán na kousek buničiny či bavlněný hadřík, aby se mohl volně odpařovat do okolního prostoru, v němž se pohybujeme (např. obývací pokoj) a nebo i většinou nepohybujeme (např. ložnice). Snad jen všeobecná poznámka k používání éterických olejů v obývaných prostorách. Zde by při jejich odpařování vždy měla být uzavřená okna tak, aby je průvan nemohl odvát.

Karel Hadek

	10 ml	20 ml	50 ml	100 ml
4218 Virosan	172,-	275,-	550,-	935,-

Jalovec extra

V prvním letošním čísle časopisu *Aromaterapie* jsem na str. 4 a 5 věnoval pár řádků éterickému oleji z jalovcových bobulí. Psát další řádky o této „čističce“ těla už by asi bylo jen nošením dříví do lesa.
Dnešní pojednání se však netýká účinků tohoto oleje, ale kvalitativní novinky. Dostal jsem nabídku oleje z jalovcových bobulí, který mě zaujal svojí vysokou kvalitou. Pochází z Dalmácie. Sběr se provádí ručně, mimořádná pozornost je věnována i samotné kvalitativní kontrole jalovcových bobulí, z nichž se olej destiluje. Dodavatel se samozřejmě pochlubil i dlouhou rodinnou tradicí ve výrobě tohoto a šalvějového oleje. Jeho slova pak potvrdily i analytické výsledky. Vzhledem k tomu, že se jalovcový olej používá převážně vnitřně, rozhodl jsem se jej pod označením „extra“ (míněna je tím kvalita) zařadit do nabídky.
Přísloví, že kvalita má i svoji cenu, se naplňuje i v tomto případě. Jeho cena je o poznání vyšší, ale zde by nebylo moudré tuto nabídku nepřijmout. Věřím, že tato novinka potěší všechny, kdo již vynikajících „služeb“ jalovcového oleje využili.
Pokud máte pocit, že patříte do jalovcového „fan klubu“ a rozhodli jste se novinku ochutnat, její dodavatel, firma Ivica, mi pro tyto účely věnoval „extra“ olej zdarma. Prvních deset objednávajících obdrží tedy zdarma olej od Ivici a firma AKH daruje v tomto případě jen lahvičky…

Karel Hadek

4101	Olej z jalovcových bobulí extra	10 ml	20 ml	50 ml	100 ml
		289,-	463,-	925,-	1573,-

Zvláštní cena časopisu Aromaterapie

foto Irena Jurásková

Vzhledem k půvabu tohoto obrázku, a zvláště s přihlédnutím k ostatním zaslaným soutěžním fotografiím, autorce udělujeme zvláštní cenu časopisu Aromaterapie.

S přicházejícím podzimem se o slovo hlásí „posilovna“ imunity Eleuterokok!

Chcete více informací? Najdete je na našem webu, stačí jen kliknout v hlavní nabídce na odkaz „ke stažení“, kde najdete brožuru, věnující se Eleuterokoku, jeho účinkům a použití.

Nejen o prasečí chřipce

Je to už nějaký ten pátek, co ve světě dělala humbuk ptačí chřipka. Přiznávám, vůbec jsem se s touto potvorou od okřídlených spoluobyvatel planety Země netoužil seznámit. Pandemie se nekonala, mé přání bylo vyslyšeno. Vzpomínám si, že jsem jí tenkrát věnoval nikoli pár, ale větší počet párů řádků.

Již tehdy jsem se zamyslel nad platností přísloví: „Změna je život…“ „Inovace“ v oblasti mikroorganizmů samozřejmě pro ty malé škůdce život znamenají, ale pro člověka? V tomto případě s sebou změna přináší spíše ohrožení života.

Ptačí chřipka již patří historii a na tehdy položenou otázku, kam ona inovace bude směřovat v budoucnosti, nám přítomnost nabízí přímo vepřovou odpověď. V odpovědi samotné se však skrývá i otázka, co dělat. Přestože je doba dovolených, tedy okurková sezóna, na nedostatek dotazů s touto tématikou si nemohu stěžovat. Za všechny tedy alespoň jeden z nich od paní Evy V.:

Všichni víme, že situace ohledně prasečí chřipky se zhoršuje, a proto by mě zajímalo, zda je vhodné nějaký z Vašich preparátů použít jako ochranný prostředek, respektive prostředek na posílení imunity. Ve Vaší poradně jsem se dočetla jen samou chválu na účinnost přípravků např. i proti malárii a podobným chorobám, tak věřím, že i na tuto „novou“ nemoc se najde nějaká prevence.
Děkuji za radu a přeji hodně úspěchů a spokojených klientek a zákaznic.

Samozřejmě ani zde nezbývá, než začít oním otřepaným, ale stále aktuálním, že předcházet je lehčí nežli léčit. A tak ony televizní záběry s rozdáváním ochranných roušek ve světě, a samozřejmě i jejich používáním, by měly být i pro nás inspirací. Ochrana dýchacích cest rouškami však u nás stále ještě nepatří k místnímu folklóru. Škoda! Jedná se o velmi spolehlivý způsob, jak na místech s vysokou koncentrací osob přenosu nemoci zabránit. Tedy hromadné dopravní prostředky, nákupní centra, po prázdninách pak školky, školy a podobně. Hlavně nesmím zapomenout jmenovat čekárny u lékaře. Stejně velkou šanci, že někde něco chytneme a panu doktorovi uděláme kšeft, budeme jinde hledat jen obtížně. Důležitosti používání roušek jako aktivní ochraně před kapénkovými infekcemi jsem se věnoval v jednom televizním pořadu, dokonce ještě v době, než ji k nám čuníci poslali. Zde pak rád připomínám, že z pohledu aromaterapie bych jako vhodné doplnění viděl ještě preparování zmíněných roušek éterickými oleji. Je známo, že některé z nich mají i antivirální účinky a jsou v praxi hojně využívány. V této souvislosti bych rád zmínil například takto úspěšně likvidovaná herpesová onemocnění. Bohužel farmaceutický průmysl investuje do výzkumu, který slibuje vysoký profit. Z tohoto pohledu je pro něj aromaterapie naprosto nezajímavá. Věcných poznatků je proto málo, a tak nezbývá, než se řídit poznatky empirickými. Z toho, co víme, mohu jako oleje s antivirálními účinky doporučit hlavně éterické oleje s obsahem monoterpenických alkoholů, monoterpenických uhlovodíků a samozřejmě i aldehydů. To je ale všeobecné konstatování. Které oleje jsou schopné nabídnout zaručenou ochranu před prasečí chřipkou, jednoznačně říci nelze. Dle mého názoru, a tedy i na vlastní ochranu, přichází v úvahu: čajovník, máta peprná, spajk (levandule), borovice, cypřiš, litsea-cubeba. Z olejů fenolických bych mohl jmenovat tymián, dobromysl, saturejku. Dále pak se mi jako zajímavý jeví i olej, který bych označil na tomto místě jako „širokospektrální“, tedy olej z černého pepře. Taktéž éterické oleje hřebíčkový, skořicový a šalvějový by proti prasečí chřipce mohly být vhod-

nými spojenci. Z existujících směsí, které firma AKH nabízí, bych jakou velice účinný považoval preparát *Candiöl*.
Co se samotných ochranných roušek týče, ne každá nabízí spolehlivou ochranu. Některé jsou určeny jen pro odfiltrování větších prachových partiklů a pro viry nemusí být nepřekonatelnou překážkou. Toto byl pro mě důvod věnovat se i této problematice a zařadit do nabídky roušky, jež viry nejen zachytí, ale budou i cenově přijatelné (viz článek Ochranné roušky, str. 5).
Jako další, více než vhodný krok, jenž spadá do souboru přijatých opatření, bych viděl posilování imunitního systému eleutherococcovým extraktem. Ani perfektně fungující imunitní systém však sám o sobě onemocnění zabránit nedokáže. Je otázkou, zda již dříve organizmus informace o vetřelci obdržel, a bude jej umět zlikvidovat dříve, než se rozmnoží do chorobných rozměrů, či jej nezná a musí jej nejprve identifikovat. Zde je pak důležité, aby imunitní systém dobře fungoval a byl akceschopný. Ve chvíli kdy „mikroagresora“ rozpozná, může se mu věnovat plnou silou. Důsledkem pak je daleko lehčí a kratší průběh choroby samotné.
Zapomínat by se nemělo ani na dodržování celkem přísných hygienických zásad. Akce „čisté ruce“ by neměla být kabaretním zpracováním tragikomedie, jak nám to kdysi předvedla jistá politická partaj, ale permanentní záležitostí ve věci předcházení chorobám. Zde pak znova zmíním a doporučím preparát na mytí rukou *Desinfi*, jehož účinnost nekončí opláchnutím rukou, neboť účinné látky jsou v tomto preparátu vázány na mycí oleje a jejich část na pokožce rukou ulpí a dodatečně po nějakou tu dobu aktivně chrání před choroboplodnými zárodky.
Doufám, že jsem nic podstatného neopomněl a že všem, kteří se budou aktivně chránit, se podaří i prasečí chřipce, popřípadě i jiným onemocněním, vyhnout. Pro všechny případy bych k tomuto pojednání přesto připojil ještě pár slov o tom, co kdyby.
Při mikrobiálních či virálních onemocněních vždy dochází k tomu, že původci chorob v těle nedobrovolného hostitele vylučují i pro hostitele toxické produkty své látkové výměny. Čím dříve se jich organizmus zbaví, tím lépe pro něj, tím kratší a efektivnější pak je doba rekonvalescence. Zde bych pak jako velice účinnou pomoc po odeznění akutní fáze jmenoval např. jalovcové koupele.
Samozřejmě, že i jalovcový sprchovací olej poskytne dobré služby. Nezmínit nejde ani multifunkční preparát *Dr. Voštěp*. No a v neposlední řadě se do kategorie těchto pomocníků zařazuje i novinka – multifunkční olej *Walo*.

Karel Hadek

Čajovník roste...

Jak začínat takové sdělení... Moc se mi do toho nechce, už i proto, že na to nemám vůbec žádný vliv. Po „poklidné“ letní hladině cen éterických olejů na světových trzích se přehnal čajovníkový hurikán. Bývaly doby, kdy byl čajovník extrémně drahý, později jeho ceny naopak klesly do „sklepa“. Ale o tom už jsem kdysi psal. Nastala situace, kdy se jej nevyplatilo pěstovat, a mnozí tedy pověsili jeho pěstování na hřebíček. A tak došlo k tomu, že poptávka jaksi převyšuje nabídku a ceny pospíchají nahoru. A nikoli ledajak. Zaznamenal jsem opravdu pořádný skok – o 200 %! Kdysi jsem s radostí oznamoval, že čajovník spadl a my ho můžeme zlevnit. Radost je pryč a mně nezbývá než oznamovat, že čajovník roste. Jak na plantážích, tak i na cenách. Samozřejmě, že drobné zvýšení cen se dotýká i preparátů, ve kterých je čajovník ve větším množství obsažen.

Karel Hadek

Aromaterapie a ošetřování pokožky na podzim

Letní dny pomalinku končí. S podzimem nás budou lákat jiné barvy, jiná strava a jiné vůně. Ze skříní vyndáme teplejší oblečení. Stejně bychom měli pozměnit i ošetřování pokožky. Pomalinku začneme vynechávat preparáty, které pokožku osvěžují a ty, které ji chrání před nadměrným UV zářením. Tam, kde se objevilo větší množství pih nebo pigmentových skvrn, sáhneme po preparátech, které tyto potíže odstraňují.

Jak by mělo vypadat klasické ošetření pokožky? Zazvoní budík, letíme pod sprchu, pouštíme vodu. Brr…, nejprve teče studená. Sáhneme na poličku pro *Rozmarýnový sprchovací olej*. Probere nás, abychom byli schopni okamžitě fungovat. Pokud použijeme *sprchovací olej Jalovcový*, podpoříme lymfatický systém, který jsme v létě rozproudili zvýšeným pohybem (plavání, časté procházky, jízda na kole...), pomůže nám i při otocích. Vhodný je i sprchovací olej *Cellu-Therap*.

Vyběhneme ze sprchy, bereme kartáček na zuby... a hned máme možnost volby: *Zubní olej* nebo *Kariosan*? Oba jsou dobré, ten druhý si oblíbily hlavně děti. Pokud jsme si obličej neomyli ve sprše, použijeme *HY neutrál*, nebo jiný hydrofilní olej. Všechny jsou vlastně složením podobné, pouze některé obsahují éterické oleje, jiné nikoli.

Po omytí obličeje použijeme pleťovou vodu a poté naneseme regenerační olej nebo regenerační krém. Ale který je pro nás ten nejlepší? *Regenerační olej Althea* je velice oblíben, nejen pro svoji vůni, ale i pro účinnost při potížích s rozšířenými žilkami. Na pokožku obličeje vysušenou mořem a sluníčkem doporučuji *Regenerační olej Rosea*. Tam, kde se objevují vrásky, použijte *Regenerační olej Neroli*. *Regenerační olej Santal* se hodí, pokud máte často otoky okolo očí. Vhodná jsou i *Lipio-Séra*, dobře se vstřebávají a, jak mi prozradily moje klientky, pomáhají jim i na pigmentové skvrny. Pokud nevíte, které je pro vás to pravé, podívejte se do katalogu, do oddílu éterických olejů a podle jejich účinku a vlastní intuice jistě vyberete to nejvhodnější. Je jen třeba si věřit.

Ale co pro muže? Máme zde neuvěřitelný *HY olej na holení*. Použití můžeme rozšířit i na aplikaci po holení. Pokožka se uklidní a případné rány se rychleji hojí. Místo vody po holení můžeme použít pleťové tonikum. Na promaštění je vhodný *Regenerační krém Mateřídouškový* nebo *Santalová Leciderma*. Věřím, že se v nejbližší době objeví i další krém, který bude mužům blízký svou vůní, třeba s petitgrainovým olejem.

Z krémů klientkám nejčastěji doporučuji *Lecidermu Neutral*, moc pěkně voní a pokožka je po ní sametově hebká. Zvláštností tohoto krému je, že vyhovuje každému typu pokožky. Čím je to asi? Tento krém neobsahuje konzervační látky ani chemické emulgátory. Jde o zcela jiný krém. Někdo by možná napsal revoluční, ale já se tomuto označení úmyslně vyhnu. Revoluce, ta průmyslová, nám přinesla parafín a vazelínu, které dnes tvoří velikou měrou základ vyhlášených a značkových krémů. Ale co na to naše pokožka? O tom třeba jindy. Krémů s názvem *Leciderma* je v nabídce několik a doufám, že ještě přijdou další. Pane Hadku, Kájo... prosím, udělejte si čas... alespoň chvilinku... jenom prstíček si ohřejeme a hned zase půjdeme...

Pokud se nám utvořily pihy, je na místě používání regeneračního krému *Citrónovo-Mrkvového*, a to v kombinaci s pleťovou vodou *Citrónovou* nebo čerstvě vymačkanou citrónovou šťávou, kterou před aplikací na obličej naředíme vodou. Našemu organizmu citrónová šťáva prospěje, i když ji vypijeme na lačný žaludek. Byť se nám zdá kyselá, působí v našem těle jako zásadotvorná, což je pro organizmus pozitivní, kyselinotvorných potravin jíme nadměrné množství. Použití tohoto

krému není vhodné před opalováním a během něj. Večer, když přijdeme domů, opět použijeme *HY neutrální olej*, nejenom na odlíčení make-upu. Pod krém či olej opět použijeme pleťovou vodu. Místo krému nebo oleje můžeme aplikovat i některou z masek. *Aktiderma* pomůže proti ranním otokům, *Jojobová* dodá vlhkost, *Lecitinovou* můžeme využít i jako oční krém. Masky se nemusí po 20 minutách odstraňovat, neobsahují minerální oleje.

Pokud se na naší pokožce objevuje akné, můžeme ji omývat mycím olejem *HY-Intima* nebo *HY-Intimus*. Na záněty pokožky dobře působí i balzám *Intimiss*, který nanášíme na celý obličej. Na lokální ošetření zánětů je vhodný čajovníkový éterický olej. Po ránu zánětlivou pokožku ošetříme pleťovým tonikem *Eleutrococcovo-Propolisovým*. Ale také jen lokálně, obsahuje totiž vysokoprocentní alkohol. Vhodnými krémy pro mladistvé jsou *Čajovníkový*, *Mateřídouškový*. Krém *Montana* je vhodný pro všechny typy pleti.

S podzimem zaměníme sprchovací oleje za koupelové. Čím blíže zimě, tím více potřebujeme prohřát a podpořit imunitu, abychom byli odolní proti virům a bakteriím, se kterými se začneme již brzy potkávat. Určitě by v koupelně neměl chybět koupelový olej *Eukalyptovo-Tymiánový*. Je to pravý poklad jak v případě prochlazení, tak i pokud na nás již „něco leze“.

Pokud si chcete vytvořit sobě vlastní koupel, nebo něco speciálního pro někoho blízkého, řiďte se vlastní intuicí a vnímáním vůně. Pozor však na skořici, pepř či velké množství máty. V případě předávkování umí být i nepříjemní.

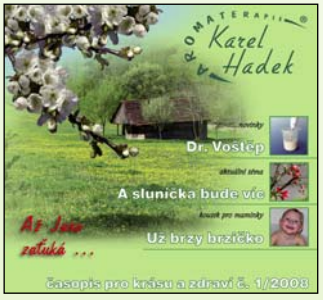
Lecitinové krémy série Leciderma se od prvních chvil, kdy je firma AKH dala na trh, staly miláčky uživatelek. Jejich obliba stále stoupá. Šeptaná „propaganda“ o jejich účincích dělá své.

K době pozdního léta, jemuž vládne element Země, patří esenciální oleje kardamomový, tymiánový, fenyklový, grapefruitový, jalovcový, majoránkový, vetiverový, citrónový, benzoin, mateřídouškový, santálový, pačuliový, myrhový. Jde o oleje podporující činnost orgánů spojených s tímto obdobím, kterými jsou slinivka – slezina a žaludek. Používáním těchto éterických olejů podpoříme správné funkce orgánů a můžeme se vyhnout mnoha zdravotním potížím. Přeji vám příjemné dny plné zemitých vůní.

Michaela Švorcová – kosmetička, Heřmanův Městec

E-mail: salonaura@seznam.cz

Našly se!



V *Aromaterapii* č. 2/2009 vyšel článek s podobným titulkem. Který zněl „Najdou se?“.

Týkal se chybějících výtisků *Aromaterapie* č. 1/2008 ve firemním archivu. Jak už sám titulek napovídá snaha o jejich zpětné získání byla korunována úspěchem. Byl jsem více než potěšen, když mi z agentury Rodad oznámili, že se u nich Aromky scházejí. Doslova a do písmene, moje radost ještě povyrostla, když jsem si mohl oněch několik desítek časopisů později odvézt. Rád bych při této příležitosti poděkoval všem pozorným čtenářům, kteří na moji výzvu reagovali a zmíněné číslo *Aromky* mi zaslali. Vzhledem k tomu, že většina zásilek byla opatřena zpáteční adresou, mohou Ti, kteří ji uvedli, očekávat jako poděkování ještě malé překvapení.

Karel Hadek

Ohlédnutí a milá vzpomínka

Pokračovací kurz aromaterapie, který se konal v květnu 2009 v Ostravě, byl jedním z kurzů, na které se nezapomíná. Sešli se na něm lidé, kteří vytvořili úžasnou atmosféru. Byli velice zvídaví, přátelští, dochvilní a vzájemně ohleduplní. Měli jsme na kurzu i dvě nastávající maminky, což je skvělé, protože získané vědomosti z aromaterapie mohou předat těm maličkým, a tak je ochránit před užíváním léků, nebo je hodně omezit a podporovat jejich zdraví. Ale hlavně využít Aromaterapii jako prevenci.

I když informací bylo hodně, nic to neubralo na pozornosti posluchačů, o což se zasloužil pan Hadek svým profesionálním a vtipným povídáním.

Čas určený přednáškám uběhl velice rychle. V neděli, kdy byly na programu praktické možnosti využití aromaterapie, jsem chtěla také ozvláštnit tento opravdu výjimečný kurz, takže na řadu přišly i ukázky ošetření různých částí těla s využitím éterických olejů, ať už ve speciálních přípravcích, jako jsou: např. *Preventy, Cayatherm, Termobalzám, Lympha Pack, Dr. Voštěp* a jiné, tak i samostatně v masážním oleji. Zájem byl

např. o jalovcový éterický olej podporující tok lymfy, či levandulový na nějaké bolestivé místo.

Na kurzu se sešly samé ženy, a ty, které projevily zájem (až na dvě účastnice kurzu to byly všechny), si vyzkoušely ošetření pleti tak, jak jsem už psala v některém dřívějším čísle *Aromaterapie*, a to:

1. Vyčištění pleti hydrofilním mycím olejem
2. Tonizace pleti pleťovou vodou či tonikem
3. Ošetření pleti krémem nebo regeneračním olejem dle typu pleti.

Pak přišel na řadu čokoládový krém, který se používá k masážím, ale lze ho využít i jako masku.

Poznatek z mé kosmetické praxe: Když jsem klientce udělala masáž obličeje tímto čokoládovým krémem, a pak jej použila i jako masku, volala mi za dva dny, že pleť je úžasná a jako „vedlejší účinek“ zaznamenala, že celé dva dny neměla chuť na čokoládu, i když je na ní doslova závislá.

I účastnice kurzu, které tento čokoládový krém vyzkoušely, byly velice spokojené a obdivovaly jeho úžasnou vůni. Musela jsem, i když žertem, opakovat: neolizovat! Také jsem děvčata nalíčila a je jen škoda, že čas hodně pokročil a všechny spěchaly domů, takže jsem ani nestihla udělat společné foto. Trochu však přiblížím atmosféru tohoto skvělého kurzu alespoň fotkami z jeho průběhu.

Velice se těším na zákl. kurz aromaterapie, který bude v Ostravě v říjnu 2009, protože na něm bude opět mnoho novinek a užitečných informací a věřím že i skvělých lidí!

Absolvování kurzů aromaterapie vřele doporučuji, protože na nich získané informace jsou prostě k nezaplacení.

Vlastimila Kolarčíková, kosmetička-aromaterapeutka
E-mail: vlastimilakolarcikova@seznam.cz,
mobil.: 603 286 335

Rozmarýnový olej

Z hlediska botanického je rozmarýn příbuzným královny levandule. Rostlinky jsou to sice rozdílné, ale už se mi několikráte stalo při návštěvách jižních krajin, že si je laici popletli.
V aromaterapii by se pak takováto záměna neměla přihodit ani náhodou, neboť rozmarýn nejen úplně jinak voní, ale také jeho účinky jsou na jiné úrovni. Podle historicky dochovaných dokumentů byl používán již starými civilizacemi. Ani tomu se nelze divit, jeho povzbuzující schopnosti prostě není možné přehlédnout. A přesto lze označit rozmarýnový olej v jistém slova smyslu jako problematické děcko v aromaterapii. Přestože píši o rostlince označované jako *Rosmarinus officinalis,* vyzískané oleje se dle geografického původu celkem podstatně liší ve svém biochemickém složení.
Oleje původem z Chorvatska či Španělska jsou označovány za „kafrové“ typy, neboť obsahují vysoký obsah kafru. Severoafrické oleje jsou pak označovány jako cineolový typ. Oleje, které pocházejí z Korsiky, na trhu velice vzácné, jsou označovány jako verbenonový typ.
Při práci s rozmarýnovým olejem a při vytváření různých směsí je tedy dobré znát jeho původ, a podle toho pak volit i další éterické oleje. Já sám upřednostňuji druh severoafrický, vzhledem k velice nízkému obsahu ketonů (jak verbenonu tak i kafru). Tento typ má dostatečně povzbuzující účinky a osvědčuje se i v oblasti inhalací.
S některými éterickými oleji jsou spojeny i na pohled jednoduché poučky, jak je používat. Tento návod k aplikaci lze najít i u rozmarýnového oleje: „Používej při selhávání tělesných funkcí“. Zde je však nutné umět tuto poučku vnímat v širším smyslu. Snižování funkčnosti je mimo jiné zcela jednoznačně důsledkem procesu stárnutí. Zde pak lze u generace dříve narozených označit rozmarýnový olej jako životabudič. Nutností je ale dodržet jednu podmínku. Celkový zdravotní stav musí umožňovat jeho použití. Nejobvyklejší překážkou může být např. extrémně vysoký krevní tlak. Rozmarýn lze doporučit při revmatizmu, dně, nachlazení, kašli, dýchacích problémech, pocitech slabosti, závratích (pokud nejsou způsobeny vysokým krevním tlakem), ztuhlém a bolestivém svalstvu, nízkém krevním tlaku. Jak vidno, nejen záležitosti seniorů. Rozmarýnový olej dále zlepšuje schopnost koncentrace a je i dobrým pomocníkem při zapomnětlivosti. Jeho prokrvujících vlastností lze využít například při rehabilitaci různých poranění, hlavně pak zlomenin, kde právě prokrvení s sebou přináší pro postižené partie zlepšenou látkovou výměnu, a tedy i výživu dané partie.
Známy jsou jeho dobré antibakteriální účinky. Co se známých antivirálních účinků týče, je prokázána jeho účinnost např. vůči virům způsobujícím žloutenku. Za zmínku samozřejmě stojí i jeho schopnost aktivovat trávení tím, že podporuje tvorbu žluče. Též nelze opomenout jeho schopnost posilovat funkci jater. Povzbuzující a prokrvující vlastnosti jsou pravděpodobně důvodem, proč jsou mu připisovány i povzbuzující účinky v oblasti sexuality. Usmějme se tomu, byť jak klasik praví, není šprochu, aby na něm nebylo pravdy trochu. Nezbývá, než připustit, že po večerní koupeli či masáži, ať již samotným rozmarýnovým preparátem, či v kompozici povzbuzujících éterických olejů, se mohou velice rychle dostavit problémy s usínáním. No a pokud jeden nemůže usnout…
V oblasti sexuality se můžeme ještě chvilku pozdržet. Faktem je, že díky zvyšující se pojízdnosti člověka, se snižuje jeho (aktivní) pohyblivost. Ta má za následek zhoršenou látkovou výměnu s různými důsledky pro zdraví. Kromě jiného se může projevit i neplodností. I zde je známo několik případů, kdy aplikace roz-

marýnových preparátů, hlavně pak ve formě koupelí a masáží, pomohly.
Rozmarýn taktéž nebývá doporučován těhotným ženám. I to má svoji logiku. Povzbuzující a prokrvující účinky by u žen, které mají problém s udržením plodu, mohly vyvolat potrat. Na druhou stranu, přibývající kilogramy opravdu nejsou peříčko, tak bych vždy v takovýchto případech používání rozmarýnu doporučoval, ale až po konzultaci s ošetřujícím lékařem. V úvahu pak přichází rozmarýn původem ze severní Afriky, právě díky minimálnímu obsahu ketonů. Tento typ rozmarýnu pak může výborně pomoci i při přípravě k porodu. Masáží či koupelí se dosáhne prokrvení ženských orgánů a podstatného zkrácení poslední předporodní fáze a urychlení porodu samotného.
Rozmarýn má své místo i v kosmetice. Jeho prokrvujících účinků se nechá velice dobře využít i v kosmetice vlasové. Ani rozmarýnový olej vlasy bohužel neregeneruje, jak již jsem četl, ale může posloužit při problémech špatně prokrvené vlasové pokožky. Ta může být příčinou jak růstu méně kvalitních vlasů, tak i jejich vypadávání. Zde pak preparáty s rozmarýnem nabízí jistou pomoc. Pokud je však vypadávání vlasů způsobeno geneticky, pak nepomůže ani roztok rozmarýnu a svěcené vody. Dále je o rozmarýnu známo, že mírně ztmavuje vlasy a také oddaluje jejich šedivění.
Koupele slouží nejen očistě pokožky těla, ale i jejímu pěstování a optimalizaci funkcí. Sušší typy pokožky potřebují povzbudit, a tak i zde jim prokrvení pomocí rozmarýnové koupele velice dobře poslouží. Stejně tak ale potřebuje prokrvit i pokožka mastná, kde k dobru přijdou i protizánětlivé účinky rozmarýnu. Z vlastní zkušenosti pak mohu doporučit ranní koupele, či spíše sprchování, s rozmarýnovými preparáty. Celkem spolehlivě smývají z člověka „zbytky ospalosti“ a po ránu jej postaví na obě nohy. Z tohoto pohledu bych rád označil rozmarýn jako „nervové tonikum“.
V neposlední řadě lze tento olej označit jako vynikající i pro sportovce. Jeho prokrvujících schopností lze velice dobře využít k předstartovní přípravě na prohřátí svalstva. Další ze zajímavých vlastností pak je i skutečnost, že mírní bolesti, ale na rozdíl od většiny éterických olejů nevykazuje sedativní účinky.

Karel Hadek

Vitamin A

Po vitaminu E je na čase seznámit se s další velice zajímavou účinnou látkou v kosmetice. Její název je retinol a stejně jako o vitaminu E o něm lze říci, že by v dobrém kosmetickém preparátu neměl chybět. Vitamin A je stejně jako vitamin E rozpustný v tucích a je přítomen v lidském organizmu. Jeho přítomnost je z mnoha důvodů nezbytně nutná. Mimo kosmetiku bych rád zmínil jeho vliv na vidění za šera či za tmy.
Do našich těl se dostává hlavně ve formě provitaminu A, dobře známého beta-karotenu, který je pak v játrech v potřebném množství přeměňován na vitamin A. Onen termín „v potřebném množství“ je mimořádně důležitý. Při tomto schématu zásobování organizmu vitaminem A nemůže dojít k jeho předávkování. Díky rozpustnosti vitaminu A v tucích, a tím dané schopnosti organizmu jej postupně kumulovat, by se mohlo při nadměrné konzumaci velice rychle stát, že onen „dobrý“ vitamin A by se mohl proměnit ve „špatný“. Ani v kosmetice neplatí, že dobrého se netřeba obávat. Vzpomínám si, že kdysi v začátcích si jeden kamarád dal do nějakého pro sebe připravovaného oleje vitamin A v množství „větším než by bylo zdrávo“. U vitaminu A může dojít na pokožce k jeho oxidaci a při spojení těchto oxidačních produktů s vodou vzniká kyselina retinolová, která pak – pokud se dávkování přežene –

působí jako chemický peeling. A tak se mu podařilo něco, co si zcela jistě nepřál – začal se „olupovat“. Vysoké koncentrace mohou pokožku i dráždit. Je známo, že při velmi silném předávkování v preparátech vyvolal i ekzémy. Takže i zde platí v přeneseném slova smyslu přísloví, jez do polosyta, pij do polopita… Při řádném dávkování pak zcela jednoznačně platí, že právě vitamin A bývá často označován jako vitamin krásy. Nikdo nemusí mít obavy, že po používání kosmetických preparátů s vitaminem A jednoho krásného dne dostane od svého zrcadla hlášení: „Nyní jsi na světě nejkrásnější.“ Spíše tu jde o optimální funkce pokožky a její regenerační schopnosti, které vitamin A podstatným způsobem aktivuje a podporuje. Berme tedy toto konstatování jako vnímání krásy vyplývající ze zdravé pokožky.

Vzhledem k tomu, že vitamin A je velice citlivý na UV záření, které jej likviduje, je nezbytně nutné v ročních obdobích s vysokou sluneční intenzitou mít v organizmu jeho dostatečné zásoby ve formě betakarotenu. Ne nadarmo proto doporučuji před opalovací sezonou tzv. mrkvovou kúru. Není náhodou, že u mnohých, kteří trpěli na „sluneční alergii“, se tato při dostatečných rezervách betakarotenu v těle prostě nekonala. Tak trošku s křížkem po funuse mi připadá i konstatování, že v kvalitním opalovacím preparátu lze vitamin A vidět jako nezbytně nutnou složku. V principu totiž nejde jen o vitamin A! Opalovací preparát musí koncepčně odpovídat nikoli jen stavu současné techniky, ale hlavně, a to bývá velice často přehlíženo, potřebám pokožky. Obliba opalovacích olejů KH je dána nejen jejich ochrannými, ale i regeneračními vlastnostmi, na nichž se obsažený, relativně vysoký podíl vitaminu A zcela jednoznačně podílí. Ani zde se pak nelze divit, že mnohé kožní reakce vyvolané komerčními opalovacími přípravky se u opalovacích olejů KH prostě nekonají. Léto již sice pomalu končí, ale potřeba vitaminu A v kosmetických preparátech nikoli. UV záření mohlo na pokožku dopadnout více, než by bylo vhodné, a jedním z důsledků jeho nadměrného působení je i předčasné stárnutí pleti. Obsah vitaminu A v preparátech na ošetřování pokožky po opalování napomáhá regeneraci kožních poškození vzniklých v důsledku působení UV záření. Pozornosti jistě neujdou ani jeho další schopnosti. Napomáhá odstraňovat projevy suchosti pokožky a taktéž ji zjemňuje. Tyto vlastnosti se pak hodí nejen po opalování, ale i u sušších typů pleti, kterou skoro bez výjimek pravidelně mívají ti dříve narození. Vitamin A zde má v kontextu s uvedeným vliv na zvyšování aktivity činnosti enzymů. V průběhu osmdesátých let minulého století se objevila na trhu zajímavá pohádka, o čem jiném než o věčném mládí. Zajistit ho měly tentokrát kolagenové výrobky. S odstupem času i nejaktivnější uživatelé, pokud nejsou zrovna slepí, musí připustit, že ani vědecky zaručené účinky stárnutí pleti nezabránily. Vrásky neměly v průběhu let nic lepšího na práci, než se na našich ksichtících stále více zviditelňovat. A tak místo neefektivního a drahého kolagenu v krémech, který zde nanejvýše může prokázat své hygroskopické účinky, je daleko vhodnější spoléhat zase na starý a dobrý vitamin A, který podstatným způsobem podporuje a zvyšuje syntézu kolagenu pokožkou samotnou. Samozřejmě, ani vitamin A v tomto směru věčné mládí nezaručí, berme tudíž s povděkem fakt, že alespoň poctivě napomáhá oddalovat stáří.

Tím pochopitelně výčet pozitivních účinků vitaminu A na pleť zdaleka nekončí. Díky stimulaci buněčného dělení přispívá nejen k regeneraci pokožky, současně při různých poškozeních, či poraněních pokožky má pozitivní vliv na její epitelizaci. Je tedy logické, že jej lze taktéž označit i jako jednu z důležitých složek každého preparátu určeného k ošetřování zánětlivé pleti.

Pokud se zde zmiňuji o pokožce, nelze opomenout ani sliznice. Zanedlouho začne topné období. Příjemné teplo domova však má i své stinné stránky. Vdechovaný suchý vzduch pak samo-

zřejmě vysouší i nosní sliznice. A tak je vitamin A i důležitou složkou regeneračních nosních olejů. Velice časté jsou i různé problémy se sliznicemi v intimních oblastech. Ani zde si neumím představit preparáty bez vitaminu A jako účinné složky. Dokonalost preparátu *Intimiss* je mimo jiné dána právě i obsahem vitaminu A.

Na závěr snad jen malá zajímavost ohledně kvality vitaminu A. Ten se vyrábí a na trh dodává nejen v různých formách, ale i v různých koncentracích. Proto se jeho dávkování přepočítává na mezinárodní jednotky a používá se označení I.U. (anglicky International Unit). My pro výrobu kosmetiky používáme kvalitu 1,7 milionu I.U. vitaminu A na gram. Bez nároku na přesnost lze konstatovat, že jediný gram této kvality obsahuje zhruba pětisetnásobek denní lidské potřeby tohoto vitaminu. Díky obrovské koncentraci tedy opravdu nic dobrého pro vnitřní užití.

Karel Hadek

Stěhování.

Přicházející podzim s sebou přináší další novinku. Nikoli „voňavou“, ale mimořádně náročnou. Třetí strana obálky nejen napoví, ale poskytne i nezbytně nutné informace. Po několika letech působení firmy *Aromaterapie Karel Hadek* v Uherském Brodě došlo v posledních srpnových dnech k jejímu přestěhování. Jak sídlo firmy, tak i výroba se přestěhovaly do nového působiště v západních Čechách, konkrétně do Stříbra. S vydáním tohoto čísla *Aromaterapie* již bude vše, tedy i zásilkovou službu provádět firma *Aromaterapie Karel Hadek* ze Stříbra. Vzniká otázka, co s sebou tato změna přináší pro naše klienty. Web a e-shop budou i nadále fungovat tak, jak jste byli zvyklí, zde k žádné změně nedochází. Mailové adresy zůstávají taktéž beze změn. Pro ty, kdo objednávají telefonicky, jsou k dispozici dvě pevné telefonické linky, číslo 374 625 428 a druhé, které současně slouží i jako fax 374 625 384. U telefonních čísel mobilních operátorů si můžete vybrat: **Vodafone** 777 274 059. **T-Mobile** 731 336 475. **O2** 722 458 765. Samozřejmě budu rád, pokud tato změna přispěje i ke zlepšení kvality preparátů, jakož i služeb, které považuji za jejich nedílnou součást. Noví zaměstnanci firmy AKH jsou připraveni udělat vše pro Vaši spokojenost. Zde Vás pak musím požádat pro první dny jak o trochu trpělivosti, tak i shovívavosti. Ukončit stěhování a na novém místě zorganizovat aby vše fungovalo tak jak má v co nejkratší době si vyžádá nejen velké úsilí všech zaměstnanců, ale jistě i nějakých pár dnů.

Prosím proto, aby jste první dny počítali s delšími dodacími lhůtami.

Karel Hadek

Milí čtenáři Aromaterapie,
chci se s vámi podělit o jedinečnou zkušenost, pro kterou jsem si letos koncem června zajela do řeckého letoviska Toroni. V tomto malebném místě se letos konal první mezinárodní kurz aromaterapie vedený panem Karlem Hadkem. Přednášky pana Hadka se konaly v prostoru s výhledem na hřbety hor na jedné straně a na moře na straně druhé.
Městečko Toroni má svoji nenapodobitelnou atmosféru. Příroda obdařila tento kout světa nebývalým kouzlem, a proto i povídání o aromaterapii z úst nejpovolanějších bylo nezapomenutelným zážitkem. Pan Hadek nás postupně seznamoval s aromaterapeutickými preparáty a jejich účinky. Každý si mohl i vyzkoušet některé zajímavé preparáty přímo na svém těle.
Mně se přihodilo, že jsem nechtěně udělala pohyb, který měl za následek zablokování bederní páteře doprovázené neschopností pohybu a velkými bolestmi.
Pan Hadek okamžitě reagoval a poslal mi *Dr. Voštěpa*. Nikoli místního doktůrka či nějakého domorodce – dřevorubce, ale olejovou specialitu, původem ze své vývojové laboratoře.
Nikdy by mě nenapadlo, jaké může mít tento masážní olej účinky. Rehabilitační sestřička Libuška Šotolová z lázní Velichovek, která se kurzu také účastnila, mi záda lehce promasírovala a udělala zábal. Večer jsem usínala s chmurnými myšlenkami, co budu dělat, když to nepomůže. A ejhle, ráno jsem se mohla hýbat, mohla chodit. A tak jsme od té chvíle *Dr. Voštěp* a já tvořili nerozlučnou dvojici až do skončení kurzu. Záda přestala bolet, a tak, když nám majitelka cestovní kanceláře paní Ivana Lichnovská zajistila na rozloučenou hudební produkci s buzuki a tancem, mohla jsem šťastně protancovat celou noc a záda se ani neozvala.
Je mnoho preparátů pana Hadka, které jsou jedinečné, a tak jsem si k těm ostatním, již odzkoušeným, přiřadila i miláčka *Dr. Voštěpa*.
Máte-li chuť se dozvědět více o aromaterapii, načerpat znalosti i praktické zkušenosti, mohu vám vřele doporučit kurzy aromaterapie s panem Karlem Hadkem.

Marie Grafová
CENTRUM ZDRAVÍ A KRÁSY, Frenštát pod Radhoštěm
e-mail: czak@grafova.eu, tel.: +420 608 001 531

Milý pane Hadku,
účastnila jsem se Vámi pořádaného kurzu aromaterapie v řeckém Toroni. Na kurz jsem se přihlásila z čisté zvědavosti, co mi může aromaterapie nabídnout.
Mohu Vám sdělit, že moje vědomosti o kosmetických výrobcích byly zcela někde jinde, nežli jsou nyní po Vašem obsáhlém kurzu. Oblíbila jsem si sprchové olejíčky, úžasné krémy s názvem *Leciderma*, vaše *Lipioséra*. samozřejmě před opalováním jsem se mazala olejíčkem na opalování, po opalování skvělou *Aradeou*. Objevila jsem kouzlo krému na ruce *Sheaderm TH* a krému na nohy *Pedi-Derm G10*. Zuby jsem si začala čistit zubním olejíčkem. Když mě na kurzu začala trápit nosní sliznice, okamžitě jsem sáhla po nosním olejíčku, a ten sloužil věrně po celou dobu trvání kurzu a ani po návratu z dovolené jsem jej neodložila. Nyní jsem si objednala balzám na intimní použití – *Intimiss* a na vlasy balzám *Haarette Q*.
O prvním preparátu jsem slyšela ze svého okolí jen samou chválu. O balzámu *Haarette Q* jsem slyšela velmi zajímavé informace, proto jsem se rozhodla i já, že tento balzám na vlasy vyzkouším.
Postupně budu zařazovat další a další zajímavé preparáty z nabídky Vaší firmy.
Na závěr poděkování Vám, pane Hadku, za krásnou pracovní dovolenou na zajímavém místě a hlavně za vědomosti, které jsem od Vás mohla načerpat. S pozdravem

Anna Kretková, účastnice kurzu Aromaterapie v Toroni

Víte že...

naše zdraví závisí na harmonii našeho života? Pokud nám v životě harmonie chybí, dostaví se nemoc, což je vlastně dar, který nás jistým způsobem chrání před dalšími nástrahami, omyly a chybami.

Naše zdraví je výsledkem našeho myšlení, cítění a činů, což je závislé třeba i na tom, zda jsme např. materiálně zajištěni. V dnešní době mnoho lidí ztrácí zaměstnání a dostává se okamžitě do situace, na kterou nebyli připraveni. To je může zasáhnout natolik, že se u nich projeví nemoc, což je ještě více negativně ovlivní a jejich myšlení se začne ubírat směrem, kudy by se nikdo z nás vydat nechtěl. Tím je ohroženo jejich cítění a vnímání vzniklé situace, což může podpořit vznik nemoci. V takovém případě žádný lék nedovede vzniklou nemoc vyléčit a člověka uzdravit.

Na takovou nemoc je jen jediný lék – práce. Slova písničky ze známé pohádky jsou nesmírně pravdivá: Dělání, dělání, všechny smutky zahání. Dělání, dělání je LÉK!!!

Taková je odpověď na nemoc, která se projevila po tom, co člověk ztratil práci – a ne léky! Užívání léků lze v takové chvíli přirovnat např. k situaci, kdy máme poškozenou střechu a do bytu nám začne zatékat. Místo toho, abychom střechu opravili, budeme vyměňovat nádoby, do kterých nám voda z rozbité střechy natekla. Tím vzniklý problém nevyřešíme.

Jak z této situace může pomoci aromaterapie? Ano, může, a to tím, že použité preparáty, např. éterické oleje a jejich směsi, mohou bez jakýchkoliv návykových a vedlejších účinků zmírnit projevy nemoci, jako např. nespavost, stres, bolesti zad, kloubů a mnoho dalších. Stačí si vybrat z preparátů, nebo si můžete nechat poradit, když si nejste zcela jisti, kde s uzdravováním začít.

Jakmile se zlepší zdraví, je člověk schopen opět vidět vzniklou situaci mnohem optimističtěji, a tím ji i daleko lépe řešit. Není to jen ztráta zaměstnání, která nám může způsobit onemocnění, ale i různé jiné životní situace, které nás zasáhnou a překvapí tak, že je neumíme řešit a nedovedli jsme je ani předvídat. Navíc platí, že každý z nás je vnímavý k něčemu jinému. Co je pro někoho maličkost nebo to bere jako výzvu, pro druhého je nepřekonatelný problém. A tak se každý musí se vzniklými potížemi vypořádat po svém a pokud možno ve zdraví. Proto doporučuji využívat aromaterapii, která vykazuje vynikající výsledky, v co největší míře, místo bezhlavého užívání léků, které nám mohou způsobit i nemalé zdravotní problémy. Pokud byl někdo léčen běžnými léky a uzdravil se, je to skvělé a nemám nic proti tomu. Ale chci dát naději i lidem, kterým léky nepomohly. Je i jiná možnost uzdravení, i když podotýkám, že je to dlouhá cesta, která se ale určitě vyplatí a stojí za to ji jít. Ti, kteří ji nastoupili a jdou, ví o čem píši. Mezi námi, je to také můj případ.

Vlastimila Kolarčíková, kosmetička-aromaterapeutka, Ostrava
Mob.: 603 286 335, e-mail: vlastimilakolarcikova@seznam.cz

Jak mne ovlivnilo absolvování kurzu Aromaterapie

Na začátku se vrátím zpět. Je rok 1994. Tehdy moje nemocná, ani ne tříletá, dcera prohlásila: „Mami, tohle léčení je k ničemu.“ Zkusila jsem na ni nějaké „ohromně logické dospělé argumenty“, a ona se na mě podívala a důrazně mi řekla: „U nás se léčí jinak, to co děláš, není léčení, to je hloupost.“ Dívala se na mě se svojí horečkou tak, že moje nevědomost a neznalost se zdály být v tu chvíli větší než panelák, ve kterém jsme bydleli, a dolehla na mne tíhou tak obrovskou, až jsem myslela, že mi

pukne srdce. „Jak, jak jste se léčili???? Jak to u Vás vypadalo?“ Snažila jsem se alespoň něčeho chytit. „Já už si to přesně nepamatuji“, a s výrazem, jak to, že když jsem já ta „velká“ a ona ta „malá“, se tak hloupě ptám, se otočila a usnula. Tenkrát jsem seděla na její posteli zcela oněmělá úžasem a ještě něčím, co nedokážu slovy popsat. Jaké příčiny v tu chvíli došly svého naplnění a jaké příčiny v tu chvíli povstaly, nebudu nyní popisovat. Jen jednu. Vzhledem k mým zkušenostem se zdravotnictvím, a mnoha dalším událostem, byla slova mé dcery něco jako „poslední kapka“. Uvědomila jsem si, že se musím rozhodnout. A tak jsem se rozhodla. A začala „hledat“. Při tom svém hledání jsem „náhodou“ narazila v inzerci na slovo aromaterapie. Léčba vůní. Skvělé! To se mi líbí! Přednáší „nějaký pan Hádek“. V Brně. Tam mám dobré spojení. „Náhodou“ se mi na termín kurzu podařilo zajistit i hlídání, a tak jsem tam jela.

Před kurzem aromaterapie, jsem o kosmetice moc nevěděla. Vyrostla jsem v době, kdy slovo „kosmetika“ patřilo ke slovu krása a slovo krása patřilo jen ke „zhýralcům a hloupým manželkám zlých kapitalistů a zbohatlíků“. Akné v pubertě jsem si léčila podle jakéhosi italského filmu, kde nějaký chlap křičel na „poďobanou“ ženskou, aby si na ten svůj „ksicht“ nalila špiritus. Říkala jsem si, jééé to je nápad, a šla jsem do lékárny a koupila si líh. Krém jsem si žádný dát nemohla, protože byla jen Nivea a Maryla, kteréžto oba byly na aknózní pleť nevhodné. Tak jsem vyzkoušela ten líh. Zpočátku to bylo skvělé. Po určité době jsem však měla pleť tak mastnou... Proč, jsem pochopila až mnohem později.

To jen, abyste věděli. A pak jsem byla v Brně. Kurz byl úžasný. Tedy – tak na mě tenkrát zapůsobil. Jednak se mi líbila osobnost pana Hadka, a pak ty „úžasné věci“, které vykládal. Byla jsem nadšená, co všechno jsem se na kurzu dozvěděla.

Zkoušela jsem všechno! Nejprve na sobě, pak na rodině a nakonec jsem „to odzkoušené“ doporučovala mým klientům. Já totiž na kurzu viděla aromaterapeutické ošetření pleti a masáž a mně se to tak líbilo, že jsem to chtěla dělat. Dodnes mám schované všechny zápisky z kurzu. Nevím už, kolik lidí mi děkovalo za rady, které jsem jim předala. Pocházely od pana Hadka. K masážím jsem používala pouze olejové základy a éterické oleje. A další věc, za kterou jsem panu Hadkovi vděčná. Díky němu jsem si začala s kosmetikou pohrávat. On nám totiž řekl, jak se ta hra hraje. Tu něco přimíchat, to a to dát dohromady, a to zas nikdy ne, a já dodnes tuto úžasnou zábavu miluji. A pak to všechno na sobě zkoušet, a pak nechat druhé, aby si to také zkusili.

Díky tomu, že jsem absolvovala kurz pana Hadka, si moje dcera dlouho myslela, že existují pouze dva dezinfekční prostředky: levandule a čistá voda. Rodina a spousta mých klientů používá levanduli na všechny rány. Manželovi se po operaci kýly zahojila úžasným způsobem špatně zašitá rána, dvoucentimetrová jizva na hlavě mé dcery srostla tak, že ji nenajdeme, protože i tam má vlasy! Klíšťata ode mne v lese odskakují, přirostla mi špička uříznutého prstu – krájela jsem salám, … bylo by to opravdu velmi dlouhé. A to píši jen o své rodině a levanduli. Kdybych psala ještě o dalších přípravcích a dalších zkušenostech svých klientů, vydal by tento článek na několik stran.

Všichni v rodině víme, že do koupele je třeba mléko nebo med… zjednodušuji to, ale kdo jste byli na kurzech Aromaterapie, tak to znáte, a kdo ne, tak jděte, protože pak si teprve všechny ty úžasné věci „od Hádka“ pořádně užijete.

Díky kurzu aromaterapie, jsem získala skvělé základy, jak se v kosmetice orientovat, co kdy a jak za sebou a proč – stavím na nich dodnes. Rozumějte, informace od pana Hadka byly tak zásadní, tak dobré a tak praktické, že mi dodnes pomáhají! Nepoužívala jsem postupy a věci, které doporučovali „mnozí

odborníci“, dnes někdy také „mágové“, ale přemýšlela o nich v souvislostech, o kterých nás pan Hadek informoval, a pak vše zkoušela.
Ten kurz považuji za jednu ze svých nejlepších „investic“. To, co jsem se tam tenkrát dozvěděla, využívám celá léta (jéžiš, to tak letí), a nejen já a naše rodina, ale i spousta mých klientů. A jak už jsem psala, tou masérkou jsem se opravdu stala (vlastně ještě dříve kosmetičkou, ale mně se na tom nejvíce líbila ta masáž). Masáže byly odrazovým můstkem k mojí další práci. Stále jsem se učila. A uvědomila si další a další souvislosti. Došlo mi, že vlastně cítím energii, vnímám, kde proudí a kde ne, a tak jsem hledala, vnímala jsem, jak se to celé děje, zjistila, že masáž je úžasná věc, a hledala jsem, co je za tím, že některá místa na těle se mi jeví jako tmavá, a proč je tam moc nebo málo energie a jak to ten člověk má ve svém světě a jaké energie v něm působí a jak jsem se všemi spojená, a jak používat kyvadlo, a jak spolupůsobí energie ve vesmíru a učila se, zkoušela, hledala, a pak jsem si udělala horoskop a pak další, další a absolvovala jsem spoustu dalších kurzů, přečetla kopce knih a zkouším, hledám a učím se další a… a nalezla jsem vzácné poklady, zjistila, že si je nemůžu pořád jen schovávat, protože… (těch „protože“ bylo hodně, od „vždyť skoro nic nevím“, po „to mě přece nemůže uživit…“), a tak se chci podělit a žiji semináře, přednášky – ty názvy mi dělají potíže, ony jsou to spíše zážitkáře (to slovo mne napadlo teď a líbí se mi!!!, To je skvělé, že píši tento článek, podívejte, jak i NYNÍ mne kurz aromaterapie ovlivňuje).
Tenkrát se moje dcera uzdravila a mezi tenkrát a dneškem měla ještě další horečky. Studený pot a obrovské horko mne z mé vlastní nevědomosti polévaly nesčetněkrát a asi ještě budou. Také ale začaly přicházet stavy sladké a voňavé jako růže a med. Dcera mi pomohla při mnoha otázkách a rozhodnutích. Nejen ona. A asi jste poznali, že levandulový éterický olej je můj nejoblíbenější (i když mi nijak nevoní, protože mám spíše nízký tlak) a nepoužívám jen ten.
Díky panu Hadkovi ve mně stoupla důvěra v pomoc Vesmíru (bože, když dokáže „vyrobit“ něco jako levanduli!), když dokáže inspirovat lidské bytosti jak, co a kdy a kde říct, tak musí být „ta jiná cesta“. A za to jsem vděčná Bohu a bytostem, kterými se projevuje.
Vím, že kurzy, knihy a vzdělání je jedna věc. Důležitá, bez praxe však naprosto bezvýznamná. Proto zážitkáře! Víte, a také jsem velmi vděčná bytosti, která je v tomto životě mojí dcerou, a děkuji, že je s námi. Jsem vděčná i bytosti, která je mým manželem, a jsem velmi vděčná mnoha dalším bytostem včetně pana Hadka. A jsem vděčná Tobě čtenáři, že tyto řádky čteš, protože teprve Ty jim dáváš smysl. A jsem vděčná Bohu (Vesmíru, Kosmu, Vyšší inteligenci), že mne na mé cestě vede, i když se tolikrát vzpírám a neposlouchám. A na náhodu nevěřím. Nikdy prostě nevíme, jakou roli v životě druhých hrajeme. To je citát, ale nevím čí.
Třeba Vás tento článek také nějak inspiruje (to bych byla moc ráda). Třeba se setkáte s panem Hadkem na kurzu aromaterapie (vždyť on toho za ty roky musí vědět určitě zase ještě víc) nebo přijedete za mnou do Poličky (to bych byla také moc ráda). A nebo… co já vím…

***Radka Mužíková, Centrum RAdost**, tel. 776 092 777,*
www.centrum-radost.webnode.cz, radost.radost@seznam.cz

Dobrý den,
chtěla bych moc poděkovat za Váš skvělý olej na jizvy. Koupila jsem si jej k aplikaci na novou jizvu a používala i na 15 let starou vystouplou jizvu a nádherně se zahojila. Je úplně plochá a téměř není vidět.
Přeji hodně spokojených zákazníků.

S pozdravem Eliška K.

Dobrý den pane Hadku,
zajímám se o masáže koní. Ráda bych věděla, zda mohu na masáž koní použít některý z vašich olejů.
Jako masérka jsem velmi spokojena s olejem Cayatherm, ale na zvíře mi připadá velmi radikální. Je hodně teplý a zvíře může mít odřeniny, o kterých nevím, čímž by mohl vzniknout problém. Mohl byste mi prosím poradit? Když vaše oleje skvěle fungují u lidí, nevidím důvod nepoužít je na zvířata. Jsou čistě přírodní, bez chemikálií, a tudíž zvířeti neublíží. Koně mívají často problémy s nohami, se šlachami. Je tedy otázkou, co byste mi mohl doporučit. Příjemný den a předem děkuji za odpověď.

Naďa K.

Milá paní Naďo,
děkuji Vám za Váš mail i velice zajímavý dotaz, který jste mi zaslala.
Samozřejmě, že i já jsem zastáncem používání jemných aromaterapeutických preparátů u našich čtyřnohých kamarádů. A nemusí jít jen o koníky. Psi, kočky, všichni občas potřebují naši „lidskou“ pomoc. O vhodnosti aromaterapie nemůže být pochyb ani v nejmenším.
Je zde však malý problém. Zvířata mohou vůni éterických olejů vnímat úplně jinak než člověk. Zde bych rád uvedl zajímavý příklad: Kozlíkový olej člověku povětšinou vůbec nevoní, ale pro kočky funguje jako afrodiziakum...
Ve svém mailu se zmiňujete o odřeninách. Z tohoto pohledu bych řekl, že je jedno, zda se jedná o koně, psa či kočku. Taková poranění jsou vstupní branou různých infekcí do organizmu zvířete. Stejně jako u člověka je nezbytně nutné zabránit sepsi. Zde bych pak v žádném případě používání *Cayathermu* nedoporučoval. Jako velice vhodný se mi v tomto případě jeví měsíčkový balzám, který se jmenuje *Calen B* a u něhož předpokládám, že bude zcela jistě vyhovovat díky svým protizánětlivým a hojivým účinkům.
Stejně tak bych mohl doporučit i třezalkový olej, který se mi osvědčil při hojení drobných poranění u psů. Samozřejmě, že jak *Calen B*, tak i třezalkový olej lze v jejich účincích posílit i přidáním vhodného éterického oleje.

Při problémech se šlachami lze vyzkoušet olej *Thermoton*, ale se vší opatrností, nejprve budete muset zjistit, jak koníkovi voní, zda ho neodmítá. Jinak na masáže koní lze pochopitelně použít prakticky kterýkoli rostlinný olej, byť z cenových důvodů bych doporučoval např. sójový, či mandlový. Stejně jako u lidí i zde záleží na zkušenostech a věřím, že jsou to právě zvířata, kdo má od přírody vyvinutý smysl pro posouzení, co jim udělá dobře a co nikoli. Chceme-li tedy používat aromaterapii u zvířat, je nezbytně nutné s nimi komunikovat a rozumět jim.
Díky i za Skype kontakt, pokud budete chtít, zavolejte mi a můžeme to probrat šířeji.
Přeji Vám hodně spokojenosti s používáním preparátů KH i u čtyřnohých přátel.

Karel Hadek

Dole nás čeká Dr. Voštěp, a to je důvod neotvírat padák...

Dobrý den.
Prosím o pomoc. Moje maminka má již asi dva roky problém s bércovým vředem.
Během zimního období je vřed relativně v klidu a zavřený, ale jakmile se oteplí, vřed se otevře, jeho okolí začne červenat a mokvat. Maminka měla již spoustu přípravků, včetně antibiotických mastí a kortikoidů.
Chtěla jsem se zeptat, jestli ve vaší nabídce existuje také něco na tento problém.
Děkuji za odpověď. *B. M.*

Vážená paní,
děkuji Vám za Váš mail i důvěru, se kterou se na mě se svým dotazem obracíte.
Dle mého názoru vzniká bércový vřed u generace dříve narozených jako důsledek nedokonalého prokrvování nohou a nedostatečné látkové výměny v této tělesné partii. Důsledkem je pak nedostatečná výživa, jakož i ukládání produktů látkové výměny v dolních končetinách. V zimním období, které je obdobím klidu, je možné, že dochází k relativnímu zklidnění a na jaře pak se zvýšenou biologickou aktivitou může přicházet zhoršení.
Osobně bych doporučoval pravidelné vlažné koupele, popřípadě i další vhodná opatření, například lymfatické masáže nohou, které pomohou zlepšit látkovou výměnu a lidově řečeno nohy „vyčistit“. Pokud se to povede, bércový vřed se pak sám uzavře. Zde je však potřeba postupovat velice opatrně, aby byl organizmus starších lidí schopen uvolněné toxické látky běžnými způsoby vyloučit, a ty nezůstávaly v těle.
Lze předpokládat, že jakýkoli pokus o „rychlé uzavření“ bércového vředu bez toho, že by se noha vyčistila, nevede k žádnému řešení a pokud by se to i povedlo, bércový vřed se s velkou pravděpodobností rychle obnoví.
Aby nedocházelo k infikování bércového vředu z venku, doporučuji jen mulové obklady s levandulovým olejem. V případě zánětů pak doporučuji nahradit levandulový olej preparátem *Candisan*, který obsahuje m.j. i u zánětů velice účinný čajovníkový olej.

Budu rád, pokud Vám bude moje odpověď alespoň trošku užitečná a pokud mi sdělíte, jak se Vám moje doporučení osvědčila.
V případě jakýchkoli dalších dotazů jsem Vám samozřejmě i nadále k dispozici.

Karel Hadek

Dobrý den, pane Hadku,
obracím se na Vás jakožto na odborníka na kosmetiku i chemii a prosím o radu:
Přestávám používat běžně prodávané šampony (velmi mi vysušují vlasy), a našla jsem hodně receptů na domácí šampony, jejichž základem je marseillské mýdlo nebo mýdlové vločky. Měla jsem vždy za to, že vlasům prospívá kyselejší nebo neutrální pH. Mýdlo je velmi zásadité. Domníváte se, že je dobré takového domácí produkty na vlasy používat?
A druhý dotaz, máte v nabídce nějaký přípravek, který by suché vlasy napravil a ty po umytí nevypadaly mastně?
Děkuji Vám mnohokrát za odpověď a přeji mnoho kosmetických i soukromých úspěchů.

Ivana O.

Milá paní Ivano,
děkuji Vám za Váš mail i důvěru, se kterou se na mě se svým „mýdlovým“ dotazem obracíte.
S tím mýdlem máte naprostou pravdu. Výrobu mýdlových přípravků na mytí vlasů bych označil jako „křišení mrtvol“, které je důsledkem stále se zvětšující nespokojenosti se šampony. Lidé již v průběhu let zapomněli, jaké problémy s sebou používání mýdla na mytí vlasů přinášelo. Ať již Vámi zmíněná vysoká alkalita mýdel, která taktéž způsobovala silné odmaštění vlasů, či jejich schopnost vytvářet spolu s minerály obsaženými ve vodě jakési mazadlo, které následně nešlo smýt. Proto až do dnešních dnů můžeme od mnoha autorů (kteří píší hezky, ale nevědí o čem) číst, že vlasům prospívá dešťová voda, s odkazem na její široké používání v minulosti. To je samozřejmě pohádka. Tehdy bylo nutností opláchnout z hlavy mýdlo měkkou vodou, tedy bez minerálů. A tak velmi dobře sloužila voda dešťová. I to je důvod, proč jsem hledal a vymýšlel, čím vlasy mýt, až z toho vznikly hydrofilní vlasové oleje. Ani ty však nejsou dokonalé, a tak na jejich zdokonalení neustále pracuji. Drobná vylepšení se občas zdaří, a tak je mi potěšením, že nyní od září budou dodávány se znovu vylepšenou recepturou a lepší oplachovatelností.
Pokud byste však vlasy umývala mýdlem, považuji za nevyhnutelné následně spláchnout hlavu ještě citrónovou, tedy kyselou vodou.
A na úpravu suchých vlasů doporučuji směs tekutých rostlinných vosků *Haaretol*. Vlasy po něm dostávají příjemnou poddajnost a přirozený lesk, navíc poskytuje i potřebnou ochranu před UV zářením. Na rozdíl od běžných olejů spočívá jeho další výhoda v tom, že nežlukne.
Budu rád, bude-li Vám moje odpověď alespoň trošku užitečná.

Karel Hadek

Dobrý den, pane Hadku,
znovu se na Vás obracím s problémem v naší rodině. Můj dospělý syn, který nežije se mnou v domácnosti, má na rukou výsev lipomů.
Svěřil se nám teprve nyní, některé jsou však velmi zastaralé. K našemu obvodnímu lékaři šel pro radu, co s velkým lipomem na levém prsu, který ho už tlačí i do žebra.
Lékař mu doporučil chirurgické odstranění. Ale náš známý, který podstoupil již několik chirurgických odstranění lipomů, tvrdí, že se mu lipomy tvoří více než před chirurgickým zákrokem.

Možná, že máte s tímto problémem nějaké zkušenosti od uživatelů Vašich preparátů. Prosím o radu, co by měl syn používat, hlavně na zastavení tvorby lipomů a potom na jejich zmenšování a odstraňování.
Znovu vám děkuji za vaše olejíčky, používáme je a jsme velmi zdravá rodina. Zubní, nosní, pleťový, na hygienu, opalovací s Antiinsektem, kajeput. Čajovník přichází ke slovu téměř denně na pupínky, odřeniny. Občas Candiöl, eleuterokokový čaj a další speciality, které jsem dala své 84leté mamce. Dále mycí olej na vlasy a oční krém.
Vaše kosmetika je velmi účinná a rychlý pomocník. Stačí používat jen kapičky, takže svým účinkem se nedá srovnávat s různými výrobky jiných kosmetických firem. Pomáhá maximálně a dlouho a malinký olejíček a vydrží týdny, takže ani denní cena není až tak velká.
Předem Vám děkuji za odpověď,

Zdena B., Jižní Morava

Milá paní Zdeňko,,
děkuji Vám za Váš mail i důvěru, se kterou se na mě se svým dotazem obracíte. Já sám s popisovaným problémem nemám prakticky žádné zkušenosti. Lze ale konstatovat, že se jedná o problém látkové výměny.
Tukové bulky, které se tvoří pod pokožkou, jsou dle mého názoru důsledkem nevhodné stravy. Lze předpokládat nadměrnou konzumaci různých „novodobých zdravých tuků“, často chemicky nasycovaných vodíkem, tedy hydrogenovaných. Zde bych doporučoval vyloučit ze stravy margaríny, rostlinná másla, uzeniny, sýry, tučné mléčné výrobky a podobně.
Jako mimořádně důležité považuji doplnění stravy o slunečnicová, dýňová, lněná semínka, vlašské ořechy a vše co obsahuje lecitin. Dále bych doporučil stravu bohatou na syrovou zeleninu. V časopise *Aromaterapie* jsem již několikráte prezentoval i „trávu“, tedy pampelišku, jitrocel, řebříček a podobné bylinky. Tyto „nechutné lahůdky“ obsahují hořčiny a nestravitelnou celulózu, které nám v naší stravě prakticky chybějí, ale podstatným způsobem celkově zlepšují látkovou výměnu. Jako potravinový doplněk bych doporučoval vitamíny E a C.
Součástí protilipomové léčby by samozřejmě měla být i aktivní pohybová terapie vedoucí k redukci váhy – odbourávání tuků. To důležitější je napsáno. Aromaterapie zde také nabízí možnost používání preparátů s jalovcem a také s rozmarýnem. Míním tím koupelové či sprchovací oleje. Pozitivně se zcela jistě projeví i kúra s jalovcovým olejem 3×denně 3 kapky po dobu 3 týdnů. Poté následuje třítýdenní přestávka a kúra se opakuje.
Budu rád, pokud Vám bude moje odpověď alespoň trošku užitečná a pokud mi sdělíte, jak se Vám moje doporučení osvědčila. V případě jakýchkoli dalších dotazů jsem Vám samozřejmě i nadále k dispozici.

Karel Hadek

Dobrý den, pane Hadku,
chtěla bych Vás požádat o radu ohledně výběru správného přípravku pro intimní hygienu.
Asi v 17 letech jsem začala mít problémy s opakovanými záněty močového měchýře. Pravidelně jsem dostávala antibiotika, která zabírala více nebo méně. Podstoupila jsem řadu vyšetření, ale výsledek byl vždy stejný. Mám zcela zdravé ledviny, nadledvinky, močový měchýř i močové cesty.
Záněty se však stále vracely, dokonce v čím dál kratších intervalech. Můj praktický lékař nakonec doporučil vyšetření mého partnera u urologa, protože měl podezření, že ony záněty souvisí s pohlavním stykem. Partner tedy podstoupil výtěry, já podstoupila další testy a ukázalo se, že oba máme bakterii, která je prý u mladých lidí poměrně častá a přenosná pohlavním stykem. Tato bakterie některým lidem nemusí vůbec vadit,

protože jejich imunitní systém se s ní dokáže vypořádat, někomu naopak způsobuje problémy.
To je přesně můj případ. Já i partner jsme tedy dostali antibiotika, která budeme dlouhodobě užívat. Dále mi můj praktický lékař řekl, že bakterie se nejspíše dostává do krve pomocí třeba i malé oděrky, která se může vytvořit v pochvě při pohlavním styku. Je totiž pravda, že jsem si i já sama občas všimla, že krvácím, i když velmi slabě.
I přesto, že dodržujeme veškerou nezbytnou hygienu před pohlavním stykem i po něm, problému se nemůžu zbavit. Nyní tedy bereme antibiotika, používáme prezervativ a také lubrikant, abychom snížili riziko vzniku oděrek a trhlinek. Chci Vás však poprosit, jestli mi můžete doporučit výrobek, který by posílil odolnost kůže a sliznice v intimních partiích těla. Dále také používám mýdlo pro intimní hygienu Lactacyd. Chci se tedy zeptat, zda po obdržení přípravku, který mi doporučíte a který následně budu používat, mohu zároveň i nadále používat Lactacyd nebo mám raději s jeho používáním přestat?
Děkuji za Váš čas i ochotu a přeji hezký den.

S pozdravem Alena K.

Milá paní Aleno,
děkuji Vám za Váš mail i důvěru, se kterou jste mi svůj dotaz zaslala. Asi jen malou útěchou Vám bude, že nejste jediná, kdo těmito problémy trpí.
Ale otázkou je, co se s tím dá dělat. Nevím, jak ve Vašem případě „zaberou“ antibiotika, ale podle mých zkušeností to nikdy nebyla žádná sláva a to nemluvím o jejich vedlejších účincích.
Co se intimní hygieny týče, jakékoli mýdlo či tenzidové preparáty by měly být tabu. Vůči sliznici pohlavních orgánů jsou příliš agresivní a v žádném případě je nelze označit jako fyziologické.
Doporučil bych Vám tedy dvě maličkosti: Jednou je úplně obyčejný bílý jogurt s živými kvasnými kulturami a tou druhou alternativou pak olejový mycí preparát *Hy-Intima*.
Používání lubrikantů může být někdy vhodné, ale zde povětšinou zase dochází k tomu, že na trh jsou dodávány gelové produkty a aby se „nekazily“, jejich výrobci nešetří konzervačními látkami. Důsledkem pak může být i likvidace vyváženosti poševní mikroflóry a vznik nových problémů právě díky používání konzervovaných lubrikantů.
Zde bych navrhoval vyzkoušet „tukový lubrikant“. Buď preparát *Intimiss*, a nebo *Femishea*. Nejen že neobsahují žádnou konzervaci, ale díky účinným složkám napomáhají urychlené regeneraci sliznice pohlavních orgánů i vytváření kvalitního vícevrstvého poševního epitelu, takže i během pohlavního styku je daleko méně pravděpodobné, že dojde k nějakým drobným poškozením poševní sliznice.
Musím Vás však upozornit, že zároveň s těmito druhy lubrikantů je používání prezervativu prakticky nemožné, neboť tukové složky a obsažené éterické oleje by jej rozpustily. Na druhou stranu je nutno zdůraznit, že používáním výše uvedených preparátů dochází k takovému zlepšení, že užívání prezervativů z Vámi uvedených důvodů se stává zbytečným. Zvolený preparát pak v množství odpovídajícím lískovému oříšku doporučuji alespoň po dobu jednoho měsíce aplikovat denně na noc, bez ohledu na to, zda budete mít pohlavní styk, či nikoli.
Při zánětech dolních cest močových se pak osvědčila kúra s jalovcovým olejem. Tento olej je z organizmu vylučován právě močovými cestami a díky vysokému obsahu monoterpenických uhlovodíků a podílu monoterpenických alkoholů má velice silné antimikrobiální účinky, které se při vylučování z organizmu velmi dobře uplatňují právě při průchodu dolními močovými cestami. Zde bych pak doporučoval 3×denně 3 kapky po dobu 3 týdnů. Po třech týdnech pak nahradit jalovcový olej olejem čajovníkovým a se stejným dávkováním

pokračovat další tři týdny. V případě potřeby lze zase pokračovat v kúře s jalovcovým olejem.
Vzhledem k tomu, že při snížené imunitě se různé infekce mohou vždy „uplatnit“ podstatně snáze, doporučil bych i používání eleutherococcového extraktu.

Karel Hadek

Vážený pane Hadku,
Není to poprvé, co se na Vás obracím s dotazem, který bych označila jak za kosmetický, tak i zdravotní. Ráda bych využila této příležitosti a poděkovala Vám i za odpovědi předešlé. Nejen, že mi pomohly, ale můj problém se mi takto podařilo vyřešit. Úspěchy se člověk rád pochlubí, myslím že je to zdraví, které je nutné k tomu, aby měl člověk i zdravé sebevědomí. Díky Vám, Vaší poradně a konec konců i aromaterapii se mi podařilo vyřešit problém, se kterým si lékaři nevěděli rady. I to je důvod, proč u Vás dnes hledám pomoc pro svou sestru, která trpí lupénkou ve vlasové časti pokožky. Doporučení lékařů nepomáhají. Doporučované šampony na mytí hlavy pak problém spíše ještě zhoršují. Mohl by jste mi poradit, jak v tomto případě mýt hlavu, popřípadě i jak vlasovou pokožku ošetřovat?
Předem Vám děkuji za Vaši odpověď.

Jiřina F.

Milá paní Jiřino,
děkuji Vám za Váš mail i konstatování, že Vám poradenství pomohlo. Byť i ve Vašem případě je to zásluha hlavně Vaše, že se Vám problém podařilo vyřešit. Byl to doslova a do písmene Váš problém a řešení tedy bylo jen a jen ve Vašich rukou.
Nyní však k výše uvedenému dotazu. Lupénka je celkem rozšířeným problémem, který má zcela jistě relativně velký počet vyvolávajících faktorů. Důvodem pro toto pojetí lupénky je fakt, že někdy se ji podaří přivést do latentního stadia řekl bych levou zadní, jindy dělej co dělej lupénka prostě jakoby byla „hluchá a slepá“. Prostě nic se neděje. Na ošetřování pokožky postižené lupénkou nabízí naše firma preparáty série *Saltia*. Jedná se o výrobky s vysokým obsahem soli z Mrtvého moře. Ve většině případů se osvědčují na ošetřování lupénkou postižené pokožky, byť i zde se může vyskytnout problém. V případě, že by byla pokožka v důsledku lupénky rozpraskaná až do krve, obsah soli by při použití vyvolával silný až nesnesitelný pocit pálení. Vzhledem k tomu, že nepředpokládám, že by pokožka ve vlasové části hlavy byla natolik poškozena, že by preparáty řady *Saltia* nebylo možné použít, doporučuji vyzkoušet vmasírování jmenovaného preparátu do vlasové pokožky po dobu cca 10–15 minut, a poté vypláchnout dostatečným množstvím vlažné vody. V případě, že toto ošetření budete provádět ve večerních hodinách, lze preparát ponechat na pokožce přes noc a vypláchnout jej až ráno. Preparát *Saltia* je koncipován tak, aby byl vodou smývatelný. V případě pocitu pálení bych pak doporučil vyzkoušení preparátu *Lupisan*, jehož účinnou složkou pak není sůl, ale éterické oleje.
Pěnivé výrobky nedoporučuji pro jejich agresivitu ani na zdravou pokožku, natož pak pro pokožku problematickou. A věřte mi, agresivitu a nevhodnost těchto chemikálií nemůže snížit ani fakt, že je doporučili lékaři… Další doporučení pak jsou u lupénky všeobecná. Zda pomohou, je velice individuální otázkou, neboť lupénka je až do dnešního dne považována za nevyléčitelnou. To ale v žádném případě neznamená, že se nedá vůbec nic dělat. A tak pro posílení imunitního systému doporučuji eleutherococcový extrakt, dále pak vnitřně aplikovat brutnákový či pupálkový olej, snažit se o zlepšení látkové výměny, na škodu nejsou vitamíny.
V případě, že by nepomohl brutnákový či pupálkový olej, doporučuji vyzkoušet i olej lososový. V některých případech je jedinečným pomocníkem i sluníčko. Pokud se stav lupénky

v letních měsících zlepšuje, doporučuji pro období „bez sluníčka“ senzibilizaci pokožky pitím třezalkového čaje.
A aromaterapie? V případě doporučovaného preparátu *Saltia* se jedná o neutrální krém. Zde je možno přidat do preparátu i vhodné éterické oleje. Které to jsou, musí každý na sobě vyzkoušet sám. Statisticky vyjádřeno se osvědčily levandule, bergamot, heřmánek, cedrové dřevo. V současné době experimentuji u několika psoriatiků s březovým éterickým olejem. Průběžné výsledky se sice jeví jako zajímavé, po dlouhodobých zkušenostech už si ale nedělám naděje, že se bude jednat o nějaký zázrak, spíše přibude jeden olej, který se u některých projevů lupénky osvědčí stejně, jako je tomu i u jiných olejů.
Samozřejmě že mě i tentokráte potěší, pokud bude moje odpověď Vaší sestře alespoň trošku užitečná.

Karel Hadek

Dobrý den, pane Hadku,
ráda bych si objednala olej s vůní santálového dřeva, který by byl vhodný na masáže, nebo prosté potírání pokožky těla. Není mi jasné, jaký typ oleje si mám objednat. V masážních olejích jsem jej nenašla (katalog mám před sebou) a v éterických olejích uveden je, avšak nevím, jak bych s ním měla zacházet (čím ho ředit, do čeho jej přidávat, zda je vůbec vhodný pro tento způsob použití). Děkuji Vám předem za radu, s pozdravem a přáním příjemného dne

Kateřina B.

Vážená paní Kateřino,
děkuji Vám za Váš mail i důvěru, se kterou se na mě se svým „voňavým“ dotazem obracíte.
Přestože nabídka preparátů KH je velice široká, není prostě možné vyrábět vše, o co by byl občasný zájem. Důvod je jednoduchý. Při vzájemné kombinaci několika éterických olejů, se počtem možných kompozicí velice rychle přibližujeme číslu, které lze označit jako nekonečné... I to je jeden z důvodů, proč je aromaterapii nutno vnímat jako individuální záležitost, kde je každému jednotlivci nabízena možnost vytvořit si ten svůj, individuální, krásně vonící preparát.
Vzhledem k tomu, že zmiňujete přání mít masážní olej ať již na masáže, či jen hýčkání těla, pak bych Vám zde doporučil pořídit si neutrální olej *Lecitol Super*. Tento preparát je díky vysokému obsahu lecitinů pro Vámi definované použití ideální. Neobsahuje žádné éterické oleje, lze jej používat i v neutrální formě. Specialitu z něj pak uděláte přidáním některých z éterických olejů.
Vy zmiňujete olej santálový. Jedná se sice o olej, jehož cena v posledních letech stále a nezadržitelně stoupá, ale jeho vůně je natolik krásná a exkluzivní, že je i nadále znalci nejen vysoce hodnocen, ale i často pořizován.
Pokud se rozhodnete pro vlastní výrobu santálového olejíčku, doporučuji přidat na 100 ml neutrálního preparátu *Lecitol* Super 2–2,5 ml, t.j. cca 60–75 kapek, santálového oleje a dobře protřepat. Intenzitu vůně preparátu je pak nezbytně nutné nezkoušet očicháváním hrdla lahvičky, ale dát pár kapek na pokožku a rozetřít. Santálový olej patří k těm „hustším“ olejům s nízkou odpařivostí. Proto onen požadavek nechat jej nejdříve ohřát na tělesnou teplotu. Je zde riziko, že z lahvičky by nebyl vůbec, nebo jen málo cítit, což by svádělo k nadbytečnému dávkování, které by pak po ohřátí na pokožce mohlo být vnímáno jako příliš intenzivní.
Jednou ze zajímavých vlastností santálového oleje je i velice dlouhá doba, po kterou je z pokožky uvolňován a vnímán okolím. Celkem běžné jsou údaje uživatelů definované časem kolem 48 hodin. Ve výjimečných případech až celý týden...
A co se účinků týče, santálový olej je silné adstringens. Velmi se osvědčil u různých kožních zánětů. To však dokáží i jiné, podstatně levnější oleje. U santálového oleje zcela jistě nejvíce

oceníme jeho krásnou vůni, která nechá zapomenout na každodenní stres a lze ji bez přehánění označit jako voňavé pohlazení duše.
Další informace o preparátu *Lecitol Super Neutrál* najdete jak na www.karelhadek.eu v e-shopu, tak i v časopisech *Aromaterapie*, které jsou též na našem webu k přečtení či stažení. Mnohé praktické i užitečné rady a informace poskytuje i webová poradna. Budu rád, bude-li Vám moje odpověď alespoň trošku užitečná.

Karel Hadek

Dobrý den, pane Hadku,
jak se Vám daří? Chtěla jsem Vás požádat o radu. Mám možnost pracovat s obličejovým ultrazvukem na vrásky. Tím se do pokožky zapracovává maska, která se aplikuje pod vodivý gel. Chtěla bych od Vás radu, zda mohu při tomto ošetření pracovat s maskou od KH (např. lecitinovou) a případně aplikovat vitaminy A a E od Vaší firmy. Předem děkuji za Vaši odpověď a přeji hodně zdravíčka!

S pozdravem N. T.

Milá paní kosmetičko,
děkuji za Váš mail, i dotaz, jak se vede. Asi nic nespletu, když zopakuji svoji, již zažitou odpověď: Čím dál tím stejněji... Jinak práce se stále množí, dokonce ani stále se zhoršující ekologie ji v tom neomezuje. Je jí prostě více než nad hlavu.
A nyní pár slov k Vašemu dotazu. Víte, od svých počátků v kosmetice jsem vždy vyzdvihoval práci rukou a hlavy kosmetičky. Na tomto pohledu již asi nikdy nic nezměním, hlavně nejspíš proto, že moje maminka, ať mi bylo jako děcku cokoli, mě nikdy na žádné přístroje nenapojovala. Byla to její ruka, která pomáhala ode všeho, co mě trápilo. A když nic netrápilo, ono pohlazení bylo nejen příjemné, ale nade vše...
Proto zastávám názor, že každá kosmetička, ať si to uvědomuje, či nikoli, je i „náhradní“ matkou své klientky, která daleko více, než jakéhokoli „kámoše ze zásuvky či baterie“, potřebuje dotek lidské ruky.
Skutečnost, že preparáty KH jsou vyráběny z rostlinných olejů pokožce příbuzných, garantuje jejich vynikající vstřebatelnost i účinky, a to i bez ultrazvuku.
No a na závěr jen věcnou poznámku. Vrásky opravdu nejsou záležitostí ultrazvuku, žehliček, rychlosti vstřebávání a podobně. Zde je „pomocníky“ nutno hledat úplně, ale úplně jinde... Moje odpověď Vás asi moc nepotěší, ale i takový už je život. Konec konců, ani všechny růže nejsou růžové, a některé dokonce ani nevoní...
Přeji Vám nejen hezké, ale i voňavé dny příští, krásné slunečné léto, jakož i hodně spokojenosti s používáním preparátů KH.

Váš Karel Hadek

Třezalkové poděkování

Když jsem v loňském roce plánoval jarní kurzy, měl jsem takový maličký „black-out“. Ani ve snu mě nenapadlo, že právě na dobu, kdy jsem přislíbil termín kurzu v Řecku, povětšinou připadá sběr třezalky. Nezbylo tedy, než se s žádostí o pomoc obrátit na čtenáře časopisu *Aromaterapie*. Byl jsem mile překvapen, kolik z Vás nabídlo pomocnou ruku, a tak o tuto, pro výrobu kosmetiky s logem KH nezbytně nutnou surovinu, nebude nouze. Třezalka se sušila a vyráběl se i třezalkový olej. Je po sklizni a já bych rád těmito pár řádky poděkoval všem, kteří se na sušení třezalky či výrobě třezalkového oleje podíleli.

Karel Hadek

Děti a aromaterapie, aromaterapie a děti

Rýma je častým onemocněním v přechodovém období léto – podzim. Pokud u někoho vydrží zase až do dalšího přechodového období jaro – léto, jde o tzv. chronickou rýmu – zátěž. V každém případě záleží na kvalitě našeho imunitního systému. Mnoho lidí si sníženou odolnost vůči zátěžím i vůči infekcím přináší na svět s sebou. Mají takzvaně slabou konstituci. Jestliže má jeden z rodičů slabou konstituci, je poloviční pravděpodobnost, že i některé dítě bude mít stejné potíže. Pokud jsou oba rodiče stejného typu, je prakticky stoprocentní pravděpodobnost, že jejich potomek bude mít stejné slabosti a náchylnosti.

Pro odolnost vůči infekcím je velmi důležité období těhotenství, především vedlejší účinky léků všeho druhu, hlavně během prvních tří měsíců. Dále chemická zátěž v domácnosti nebo na pracovišti, hlavně v posledních třech měsících, kdy se vyvíjí mozek. Supermoderní domácnosti s četnými dezinfekčními a mycími prostředky, prostředky na hubení hmyzu a plastickými materiály rozhodně nejsou tím nejlepším prostředím pro nastávající maminku a její dítě.

V průběhu těhotenství není vhodné dělat rekonstrukce v bytě, protože z konzervačních prostředků, lepidel a dezinfekčních prostředků se uvolňují jedovaté látky. Na většině těchto prostředků bývá napsáno, že jsou zdraví neškodné, to znamená, že se v krátkodobém kontaktu žádné akutní onemocnění nevyvíjí. Nezkoumá se však, že se jednotlivé vlivy sčítají, tedy od každého kapku, a známý „toxický sud“ přeteče. V těhotenství není vhodné ani odstraňování amalgámové plomby, protože při výměně se zvyšuje množství rtuti v organizmu, a plod by mohl být infikován.

Nebezpečí alkoholizmu a kouření... často zmiňované téma. Alkohol zhoršuje činnost jater. Ta jsou chemickou továrnou a detoxikují, neboli čistí, celý organizmus matky. Při jejich velkém zatížení nebo nedostatečné funkci může být dítě ve zvýšené míře zaplaveno jedovatými zplodinami látkové výměny. Tabákový kouř vede k odumírání drobných krevních cév v placentě, a tím zhoršuje výživu plodu kyslíkem a živinami. U matek – kuřaček je prokázáno, že jejich dítě je náchylnější k infekcím a zánětům.

Nastávající maminka by též měla zvažovat, jaké potraviny přijímá a rozhodně by se měla vyhýbat potravinám konzervovaným a barveným, a stejně tak potravinám mnohokrát ošetřeným různými chemickými prostředky.

Všechny chronické nemoci matky, jako jsou poruchy ledvin, záněty střev, jater, cukrovka, vysoký krevní tlak, poruchy látkové výměny, onemocnění štítné žlázy, povedou pravděpodobně u dítěte ke zvýšené náchylnosti k infekcím.

Někdy se náchylnost k onemocnění projeví přes jedno pokolení, a proto bychom měli být zodpovědní všichni. Podívat se, jaké potíže mají rodiče, a u sebe pomocí alternativních prostředků začít s prevencí.

Mnoho dětí má neustále zanícenou a zduřelou sliznici dýchacích cest. Přes takto oslabenou sliznici proniká prakticky každý mikroorganizmus a zatěžuje imunitní systém. Také tak dochází ke známé produkci hlenů, nebo naopak k vysychání sliznice nosu. Člověk je pak nucen dýchat ústy, přičemž vdechovaný vzduch není dostatečně ohříván a filtrován, a tím se opět do nitra našeho organizmu dostává zátěž, další mikroorganismy. A zase tu máme imunitní systém… Od slavného francouzského lékaře Clauda Bernarda pochází výrok: „Mikrob není vůbec nic.“ Tím mínil, že zárodek nemoci zakotví v těle jen tehdy, jestliže pro své působení nalezne vhodnou půdu, oslabený imunitní systém.

V dnešní době má každá maminka velkou zodpovědnost a odpovědnost. Existuje tolik vakcín, léků. Jak vybrat ten nejlepší, nejvhodnější... Lékař doporučuje, reklama straší... A tak někdy děláme unáhlená rozhodnutí a necháme děti očkovat. Jindy, než se rozhodneme, zda ano, či ne, probdíme několik nocí. Jsem také matka a ještě dnes si vzpomínám, co jsem prožívala při vysokých horečkách neznámého původu, přetrvávajících rýmách, téměř ročních průjmech způsobených salmonelou, astmatických záchvatech, čekání na červená kola po zakousnutém klíštěti… a mnoha dalších. Vždy jsem zjišťovala vedlejší účinky a zvažovala, zda další očkování. Každé dítě má z injekční stříkačky trauma a těch očkování s vedlejšími účinky, která v jiných dobách zachraňovala lidské životy, je na malý organizmus příliš. Každé očkování oslabuje utvářející se imunitní systém. A ten je proto velice důležité posilovat.

Je mnoho možností a já vám doporučím ty, které mám vyzkoušené a věřím jim i přes zdvižené prsty některých lékařů. Jednou možností je homeopatie, další fytoterapie, aromaterapie, detoxikace, kineziologie, úprava stravovacích návyků, jiná volba potravin atd. Celostní přístup k problému mají všechny společný.

Vzpomínám s úsměvem na dobu, kdy přišel na trh Olej na nosní sliznice. Tři hlasy doslova řvaly: „Já nechci! Zase to bude štípat...“, ale přišla náhlá změna, a tři hlasy žadonily: „Já, já chci první!“ Olej na nosní sliznice se osvědčil i při zánětech středního ucha. Na užívání *Eleuterococcu* (1 kapka na 4 kg váhy) si zvykli velice rychle a dnes, již dospělí, přesně vědí, kde vše najdou. Že by dobré návyky z dětství? V dětském pokoji jim voněly *Aromeclima, Borovice, Citron*. Aromaterapií jsme řešili nejen vši, ale i neštovice. Tady se nám osvědčil *Candisan* a samozřejmě *Eleuterococc*. Vždyť posiluje imunitní systém, a ten je v dnešní době přetěžovaný víc než dost.

Mikroorganizmy žijí vedle nás již od vzniku života na Zemi. Je však nutné, aby neměly možnost se přemnožit, napadnout náš systém v době jeho oslabení. Tomu můžeme pomoci použitím éteráčků v aromalampě nebo v odpařovacích nádobách na topení. Pokud se stane, že rýma nehodlá odejít, podívejte se na účinky EO, a ten pak přidejte do oleje na ošetření nosní sliznice. Vhodná je borovice, majoránka, mateřídouška, saturejka a mnoho dalších.

Jen a jen doporučit mohu koupelový olej *Eukalyptovo-tymiánový*. Vaše ratolest se po něm pěkně vypotí. Pocením se tělo zbavuje škodlivých látek, a proto, pokud při nachlazení stoupne teplota, není dobře ji ihned snižovat. Lepší je podávat dostatek tekutin a číst pohádky. Vše dobře dopadne a nemoc odejde.

Pokoj si můžete provonět směsí olejů *Atemol*, což je novinka pro letošní podzim, a líbit se jistě bude dětem i vám. Jde o velice příjemnou vůni, osvěžující, ale hlavně ochraňující. Lze jej nanést i na oblečení (jenom lehce, několik kapek) a na naše okolí působí doslova jako parfém. Je také možné dát několik kapek do lihu, protřepat a jemným rozprašovačem oblečení postříkat.

Udržovat pořádek v domácnosti se musí, ale i přes veškerou snahu se často na zdech objevují plísně. Většinou sáhneme po prostředku na chlorové bázi, abychom nemuseli škrábat zeď, ale ani ty nejsou vhodné. Hodně si cením prostředku *Thymicon* – jde o lihový roztok plný éteráčků, které vám pomohou při potížích s plísněmi, a nejen s nimi. Používám ho při úklidu kuchyně, koupelny a jednou za čas jej nastříkám na matrace. Z počátku se vám vůně zdá silná až agresivní, ale to je pouze dočasné. S podzimem se do našich domovů, hlavně starších domů, stahuje vlhkost a dům přestává příjemně vonět svěžestí. Tento problém řeším pomocí Mentolu. Nasypu jeho krystalky na mističku a umístím tak, aby se na ně děti nedostaly. Někdy mohou krystalky posloužit i jako příjemná dekorace. Přiznávám se, mám je i v kuchyni. Takové voňavé

otevření kuchyňské skříňky… a co teprve pánský botník! V aromaterapii najdete mnoho pomocníků, a všichni jen čekají, až si jich všimnete a použijete je. Přeji vám příjemné chvíle plné zdraví a neumělých vůní.

Borovice – Pinus pinaster

Dioskorides i Galénos doporučovali její používání na „studený kašel“ a na vyčištění prsou a plic. Je vhodná i na revmatické bolesti, odstranění nervového vyčerpání. Působí hojivě a antisepticky, používá se při zánětech a překrvení dutin a průdušek, kašli, astmatu a bronchitidě. Odstraňuje nečistoty v ledvinách a močovém měchýři, stimuluje činnost nadledvinek, zastavuje krvácení. Na jemnější úrovni jej dr. Edward Bach označil jako „vhodný pro ty, kdo obviňují sami sebe“, kdo se cítí zodpovědným nejen za své jednání, ale i za chyby a trápení jiných. S borovicí se učíme akceptovat sami sebe.

Citroník – Citrus limonum

Malý, stálezelený strom dosahující výšky 3 až 6 metrů. Esenciální olej se získává z kůry a dužiny plodů. Je užitečný při nachlazení a chřipce, zejména pokud jsou doprovázeny žlutým nebo zeleným zánětem. Zabraňuje městnání mízy, je prospěšný při obezitě, celulitidě, vysokém cholesterolu v krvi. Pomáhá rozpouštět močové a žlučové kameny, odstraňuje škodlivé látky z překrvených a přepracovaných jater. Stimuluje krvetvorbu, normalizuje činnost centrální a vegetativní nervové soustavy. Bělí kůži, působí jako repelent, hojí rány. Redukuje duševní přehlcenost, a tím zachraňuje mysl zatíženou problémy, rozhodováním a překážkami. Má schopnost povznášet a čistit intelekt, posiluje víru a jistotu.

Majoránka – Majorana hortensis Moench

aromatická rostlina dorůstající do výšky 30–80 cm. Esenciální olej se získává z květů. Lze použít při svalové ztuhlosti a bolestech, nervových křečích. Má baktericidní, uklidňující, spazmolytický účinek, napomáhá vykašlávání, stimuluje chuť k jídlu. Pomáhá při bolestivé menstruaci, zmenšuje sekreci tukových žláz. Je vhodná při chronické letargii a nervové vyčerpanosti, při potížích, kde se únava střídá s napětím, nebo stavech úzkosti a nespavosti. Díky protikřečovému účinku na hruď je to nejlepší esenciální olej na kašel nervového původu a astma, zejména při bílém a čirém hlenu.

Eukalyptus – Eukalyptus globulus Labill

Blahovičník je mohutný, stálezelený strom, dorůstá do výšky až 100 metrů. Esenciální olej se získává z listů. Léčí respirační onemocnění, tiší bolest, uklidňuje, ředí bronchiální sekret. Je prospěšný při horečkách, rýmě, herpesu. Celkově působí jako tonikum imunity. Oceníme jej i jako prevenci. Olej pomáhá rozptýlit negativní pocity a vnitřně nám poskytuje „prostor k dýchání“.

Michaela Švorcová – kosmetička
Heřmanův Městec
E-mail: salonaura@seznam.cz

Kurzy aromaterapie 2009

Na všech kurzech přednáší pan Hadek

26.–27. září 2009 **Pokračovací kurz** Karlovy Vary
Studio Monea, Krymská 7, Karlovy Vary
Mgr. Monika Zíková
Mob.: 608 032 016
E-mail: moni.zikova@seznam.cz

3.–4. října 2009 **Pokračovací kurz** Pardubice
Michaela Švorcová
Mob.: 603 513 774
E-mail: salonaura@seznam.cz

23.–25. října 2009 **Základní kurz** Ostrava
Vlastimila Kolarčíková
Mob.: 603 286 335
E-mail: vlastimilakolarcikova@seznam.cz

29.–31. října 2009 **Základní kurz** České Budějovice
Šárka Dominová
Mob.: 725 684 868
E-mail: slunecnice-cb@volny.cz

1.–3. listopadu 2009 **Základní kurz** České Budějovice
Šárka Dominová
Mob.: 725 684 868
E-mail: slunecnice-cb@volny.cz

7.–8. listopadu 2009 **Pokračovací kurz** Brno
Vladimír Němeček
Roviny 2, 643 00 Brno-Chrlice
Mob.: 777 218 161
E-mail: nemecek@umeni-masaze.cz
www.umeni-masaze.cz

13.–15. listopadu 2009 **Základní kurz** Plzeň
Marie Brejchová, Koterovská 29, 326 00 Plzeň
E-mail: info@carpediem.cz
Mob.: 602 430 332
Tel.: 377 442 822

21.–22. listopadu 2009 **Pokračovací kurz** Praha
Veronika Pěkná
E-mail: pekna.v@seznam.cz
Mob.: 775 235 592
Drahomíra Vaculová
E-mail: vaculovadrahomira@seznam.cz
Mob.: 737 312 571 – jen večer

27.–29. listopadu 2009 **Základní kurz** Liberec
SAUNA BAR, tř. Dr. Milady Horákové, Liberec
Lenka Brožová
Tel.: 485 179 493, mob.: 608 904 058
E-mail: prokopova_lenka@centrum.cz

5.–6. prosince 2009 **Roční seminář** Pardubice
Michaela Švorcová
Mob.: 603 513 774
E-mail: salonaura@seznam.cz

Termíny zimních a jarních kurzů budou uvedeny v příští *Aromaterapii*.

vyhodnocení letní fotografické soutěže

1. místo – Dana Hanzlíková-Vašková
odběr zboží v hodnotě 1000 Kč

2. místo – Dana Horešovská
odběr zboží v hodnotě 750 Kč

3. místo – Romana Dobešová
odběr zboží v hodnotě 500 Kč

4. místo – Petra Mátlová
odběr zboží v hodnotě 300 Kč

5. místo – Petra Nováková
odběr zboží v hodnotě 300 Kč

6. místo – Hana Sousedíková
odběr zboží v hodnotě 150 Kč

7. místo – Jana Vaníčková
odběr zboží v hodnotě 150 Kč

8. místo – Jiří Kunc
odběr zboží v hodnotě 150 Kč

9. místo – Helena Zapletalová
odběr zboží v hodnotě 150 Kč

10. místo – Anička Voženílková
odběr zboží v hodnotě 150 Kč

Výhercům blahopřejeme a všem děkujeme za účast v soutěži

5% sleva podzimních barev se týká všech preparátů takto označených a platí do 20. října 2009

Tento ceník nabývá platnosti dne 9. 9. 2009, všechny předešlé ceníky pozbývají tímto dnem platnost.

KOUPELOVÉ OLEJE

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 100 ml E	200 ml G	500 ml I	20 ml C
6	1002	Z borovicového jehličí	195,-	271,-	542,-	47,-
7	1003	Citronovo-kafrový	199,-	276,-	552,-	48,-
6	1004	Eukalyptovo-tymiánový	228,-	318,-	636,-	55,-
6	1006	Jalovcový	255,-	355,-	710,-	61,-
5	1007	Levandulový	183,-	254,-	508,-	44,-
5	1008	Mandarinkový	163,-	226,-	452,-	39,-
5	1009	Meduňkový	195,-	271,-	542,-	47,-
7	1010	Pelargóniový	371,-	517,-	1034,-	89,-
6	1011	Rozmarýnový	228,-	318,-	636,-	55,-
7	1012	Tymiánový	213,-	296,-	592,-	51,-
7	1013	Ylang-ylang	341,-	476,-	952,-	82,-
6	1014	Z citrónové růže	221,-	308,-	616,-	53,-
7	1015	Pačuliový	213,-	296,-	592,-	51,-
7	1016	Z růžového dřeva	237,-	330,-	660,-	57,-
5	1019	Šalvějový	238,-	333,-	666,-	38,-
5	1020	Grapefruitový	228,-	318,-	636,-	55,-
8	1017	Neutrální	157,-	218,-	436,-	38,-
4	2732	Dr. Voštěp	292,-	468,-	936,-	70,-
6	1005	Heřmánkový dětský	182,-	255,-	510,-	44,-
8	1018C	Sada koupelových olejů	18×20 ml		448,-	

SPRCHOVACÍ OLEJE

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 100 ml E	200 ml G	500 ml I	20 ml C
11	1102	Z borovicového jehličí	206,-	289,-	578,-	43,-
10	1103	Citronový	198,-	278,-	556,-	48,-
11	1104	Frisch	203,-	285,-	570,-	43,-
10	1105	Levandulový	195,-	273,-	546,-	41,-
11	1106	Rozmarýnový	201,-	282,-	564,-	48,-
10	1107	Santálový	196,-	274,-	548,-	47,-
10	1108	Z citronové růže	195,-	273,-	546,-	41,-
11	1109	Čajovníkový	188,-	264,-	528,-	42,-
10	1112	Šalvějový	198,-	277,-	554,-	48,-
10	1113	Grapefruitový	179,-	250,-	500,-	43,-
11	1110	Neutrální	157,-	218,-	436,-	39,-
9	1114	Meduňkový	182,-	256,-	512,-	38,-
9	1116	Jalovcový	199,-	279,-	558,-	45,-
62	1207	Mandlový dětský mycí olej	182,-	255,-	510,-	44,-
12	1111C	Sada testerů	12×20		398,-	

PREPARÁTY NA INTIMNÍ HYGIENU

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 100 ml E	200 ml G	500 ml I	20 ml C
		OLEJE				
13	1202	HY-Intima (pro ženy)	159,-	215,-	480,-	38,-
14	1203	HY-Intim H (pro muže)	159,-	215,-	480,-	38,-
14	1205	HY-Intim set	2×100 ml	309,-	2×200 ml	426,-
		KRÉMY				
			5 ml A	**50 ml D**	**100 E**	
14	1204	Intimiss	34,-	262,-	419,-	
15	1206	Femishea	43,-	311,-	498,-	
		SMĚS ÉT. OLEJŮ				
			10 ml B	**20 ml C C**	**50 ml D**	**100 ml E**
15	1201	Candisan (při intim. problémech)	208,-	333,-	666,-	1132,-

Firma Aromaterapie Karel Hadek neručí za možné tiskové chyby, správnost údajů v ceníku lze ověřit na našem e-shopu www.karelhadek.eu.

5% sleva podzimních barev se týká všech preparátů takto označených a platí do 20. října 2009

HY-OLEJE NA OMÝVÁNÍ OBLIČEJE

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml I	1000 ml J
16	1305	HY-olej z růžového dřeva	51,-	214,-	321,-	642,-	1090,-
16	1304	HY-olej ylang-ylang	51,-	214,-	321,-	642,-	1090,-
16	1303	HY-olej santálový	51,-	214,-	321,-	642,-	1090,-
16	1306	HY-olej neutrální	46,-	193,-	270,-	540,-	918,-
17	1302	HY-olej na odstr. make-upu	46,-	193,-	270,-	540,-	918,-
17	1301	HY-olej na holení	48,-	199,-	298,-		

PREPARÁTY NA OŠETŘENÍ ZUBŮ A ÚSTNÍ DUTINY

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 5 ml A	20 ml C	30 ml Z	100 ml E	200 ml G	500 ml I
18	1504	Zubní olej		39,-		163,-	261,-	522,-
20	1503	Dentarom					189,-	378,-
21	1501	Herpilan	96,-		326,-			
21	1502	Lippea SPF	91,-					
20	1505	Halitosan		37,-			246,-	492,-
19	1506	Kariosan		19,-		132,-	198,-	396,-

PREPARÁTY NA OŠETŘENÍ NOHOU

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	20 ml C	50 ml D	100 ml E	115 ml U	200 ml G	215 ml V	500 ml I	1000 ml J
22	1804	Koupelový olej na nohy		48,-		198,-		278,-		556,-	945,-
23	1805	Masážní olej na nohy		66,-		276,-		387,-		774,-	1315,-
23	2728	Preventy		71,-		296,-		414,-		828,-	
24	1806	Mykosan N		199,-		652,-					
24	1803	Mykosan H			171,-						
26	1801	Deo-Profuss		27,-			125,-		199,-	336,-	529,-
24	1807	Thymicon					62,-		88,-	135,-	211,-
			5 ml A	20 ml C	50 ml D	100 ml E	115 ml U	200 ml G	250 ml H	500 ml I	1000 ml J
25	1808	Lympha-Pack WO	28,-		212,-	292,-			523,-	881,-	1497,-
26	1802	Pedi-Derm G10	13,-		101,-	138,-			193,-	267,-	511,-

OŠETŘENÍ VLASŮ A POKOŽKY HLAVY

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 5 ml A	20 ml C	30 ml Z	100 ml E	200 ml G	500 ml I
27	1404	Vlasový mycí olej (mast./norm.)		48,-		201,-	302,-	604,-
27	1405	Vlasový mycí olej (suché/norm.)		48,-		201,-	302,-	604,-
29	1401	Komonicové vlasové tonikum					147,-	294,-
28	1403	Lupisan	10,-			151,-		
28	1402	Haarette Q	46,-			698,-		
27	1406	Haaretol		30,-		148,-	237,-	
	2805	Proapinol			177,-	531,-		

NOSNÍ OLEJE

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 10 ml B	20 ml C	50 ml D
30	1601	Nosní olej	146,-	235,-	
31	1603	Donosol			252,-
64	1602	Nosní olej Baby	146,-	235,-	

U faktur v eurech, vystavovaných pro zahraniční zákazníky, bude pro přepočet korun na eura používán aktuální denní kurz České národní banky.

5% sleva podzimních barev se týká všech preparátů takto označených a platí do 20. října 2009

REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ OLEJE

str. kat.	kód zboží	sleva 5 %	Kč 30 ml Z	Kč 100 ml E
32	1907	Levandulovo-mrkvový	224,-	
32	1908	Levandulovo-mrkvový SPF 6	249,-	
32	1910	Ylang-ylang	239,-	
33	1919	Avokádo	185,-	
33	1904	Avokádo SPF 6	210,-	
33	1901	Aloe vera	193,-	
33	1920	Aloe vera SPF 6	218,-	
33	1902	Arnika	189,-	
33	1903	Arnika SPF 6	214,-	
32	1916	Alipia	292,-	
33	1909	Geraderm SPF 4	208,-	
33	1911	Neutrální	198,-	531,-

EXKLUZÍVNÍ REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ OLEJE BPJ

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 30 ml Z	Kč 100 ml E
34	1917	Rosea BPJ	586,-	
34	1912	Heřmánkový BPJ	798,-	
34	1913	Neroliový BPJ	798,-	
34	1914	Santálový BPJ	755,-	
34	1915	Neutrální BPJ	465,-	1353,-
34	1921	Jasmín	296,-	
34	1922	Jasmín SPF 6	315,-	

REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ KRÉMY

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 5 ml A	Kč 50 ml D	Kč 100 ml E	Kč 250 ml H
36	2003	Citronovo-mrkvový	28,-	215,-	332,-	664,-
35	2007	Eleutheroccocový	28,-	215,-	332,-	664,-
35	2008	Eleutheroccocový SPF 6	33,-	257,-	398,-	
37	2011	Santalia	25,-	193,-	329,-	589,-
37	2012	Santalia SPF 6	28,-	214,-	329,-	
36	2014	Levandulový	30,-	228,-	332,-	664,-
36	2015	Levandulový SPF 6	31,-	238,-	368,-	
36	2016	Mateřídouškový	29,-	220,-	338,-	674,-
39	2017	Medový Apisan	35,-	272,-	381,-	686,-
38	2018	Olivový	23,-	177,-	281,-	562,-
38	2019	Olivový SPF 6	29,-	220,-		
37	2022	Roseana	34,-	265,-	355,-	710,-
37	2023	Roseana SPF 6	38,-	292,-	453,-	
36	2024	S mateří kašičkou	35,-	271,-	413,-	821,-
37	2025	Aknette	27,-	205,-	313,-	623,-
37	2026	Aknette SPF 6	29,-	224,-		
38	2027	Z citronové růže	29,-	220,-	338,-	531,-
38	2029	Čajovníkový	20,-	142,-	213,-	426,-
38	2030	Čajovníkový SPF 6	20,-	154,-	236,-	472,-
39	2039	Neroli	35,-	272,-	419,-	838,-
	2050	Sensishea	18,-	122,-	183,-	366,-
39	2017	Apisan	35,-	272,-	381,-	686,-

Firma Aromaterapie Karel Hadek neručí za možné tiskové chyby, správnost údajů v ceníku lze ověřit na našem e-shopu www.karelhadek.eu.

5% sleva podzimních barev se týká všech preparátů takto označených a platí do 20. října 2009

LECITINOVÉ KRÉMY

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H
41	2042	Leciderma Shea Neutral	33,-	249,-	374,-	748,-
41	2049	Leciderma Shea Neutral SPF 6	36,-	274,-	424,-	
41	2043	Leciderma Shea Lavendel	38,-	288,-	432,-	864,-
41	2046	Leciderma Shea Lavendel SPF 6	41,-	313,-	482,-	
40	2044	Leciderma Shea Růže	45,-	348,-	522,-	1044,-
40	2047	Leciderma Shea Růže SPF 6	49,-	373,-	572,-	
40	2045	Leciderma Shea Santál	45,-	348,-	522,-	1044,-
40	2048	Leciderma Shea Santál SPF 6	48,-	373,-	572,-	

LIPIO-SÉRA

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 35 ml S	100 ml E
44	1950	Lipio-Sérum Neutrální	238,-	550,-
44	1951	Lipio-Sérum Růže	434,-	
43	1952	Lipio-Sérum Santál	379,-	
44	1953	Lipio-Sérum Heřmánek	298,-	
43	1954	Lipio-Sérum Růžové dřevo	269,-	
43	1955	Lipio-Sérum Levandule	264,-	
43	1956	Lipio-Sérum Cedr Atlas	269,-	

TĚLOVÉ KRÉMY

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml I
45	2060	BodyEm Neutral	17,-	120,-	168,-	336,-	571,-
45	2061	BodyEm Roy	19,-	142,-	198,-	396,-	673,-

SPECIÁLNÍ KRÉMY

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml I	1000 ml J
46	2001	Montana	22,-	161,-	248,-	496,-		
47	2002	Atop-Derm	26,-	198,-	305,-	605,-	906,-	
47	2020	Aradea	19,-		296,-	586,-	982,-	1641,-
46	2062	Body Salvia	33,-	179,-	276,-	552,-		

PROGRAM SALTIA

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml I	1000 ml J
49	2036	Saltia	20,-		150,-	272,-	404,-	
49	2037	Saltia BN	30,-	229,-	386,-	763,-		
52	2404	Saltia W/O	24,-	182,-	246,-	433,-	738,-	1301,-

OČNÍ KRÉMY

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 15 ml T
50	2201	Shea-Carre R	235,-
50	2202	Shea-Carre N	215,-

ZÁKLADNÍ KRÉMY

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml I	1000 ml J
51	2301	Dermisoft	12,-	91,-	129,-	178,-	251,-	350,-
51	2302	Naturalia	21,-	157,-	227,-	434,-	678,-	1153,-
51	2303	Shea Butter	27,-	205,-	277,-	506,-	858,-	1458,-
45	2060	BodyEm Neutral	17,-	120,-	168,-	336,-	571,-	
41	2042	Leciderma Shea Neutral	33,-	249,-	374,-			
41	2049	Leciderma Shea Neutral SPF 6		274,-	424,-			

5% sleva podzimních barev se týká všech preparátů takto označených a platí do 20. října 2009

REGENERAČNÍ PLEŤOVÉ MASKY

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml I	1000 ml J
52	2402	Lecitinová W/O	26,-	198,-	266,-	471,-	796,-	1369,-
52	2403	Naturalia W/O	25,-	192,-	258,-	459,-	773,-	1348,-
52	2404	Saltia W/O	24,-	182,-	246,-	433,-	738,-	1301,-
53	2401	Jojoba	21,-	161,-	218,-	379,-	665,-	1156,-
53	2405	Aktiderma LY	26,-	198,-	297,-	532,-	888,-	1498,-

PREPARÁTY NA OŠETŘENÍ RUKOU

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	15 ml T	30 ml Z	50 ml D	100 ml E	250 ml H	500 ml I	1000 ml J
45	2060	BodyEm Neutral	17,-			120,-	168,-			
45	2061	BodyEm Roy	19,-			142,-	198,-			
56	1702	Rea	17,-			134,-	183,-	333,-	492,-	
56	1703	Myrhea	17,-			130,-	172,-	312,-	480,-	
57	1701	Elastosan		163,-	295,-					
55	1704	Sheaderm TH	34,-				259,-	467,-	794,-	1245,-
55	1705	Balnaru TH	25,-				196,-	353,-	598,-	955,-

			20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml I	1000 ml J
70	2716	Lecitol Neutral Z	30,-		120,-	218,-	
69	2719	Lecitol neutral Super	42,-		174,-	294,-	
N	2721	Lecitol MSC-N			99,-	188,-	320,-
N	2722	Lecitol Lindenol	41,-	172,-	292,-	584,-	993,-
N	2723	Lecitol Royale	51,-	214,-	324,-	648,-	1103,-
N	2724	Lecitol Ylja	52,-	218,-	371,-	742,-	1261,-
N	2725	Lecitol Walo	47,-	196,-	333,-	666,-	1132,-
58	1706	Citrio	13,-				272,-
58	1707	Desinfi	14,-				292,-
58	1708	Sensitiv	18,-				362,-
54	9502	Termorukavice 1 pár 2200,- včetně 100 ml Sheaderm, 100 ml Balnaru a sáčků					
	9503	Sáčky k termorukavicím 100 párů		49,-			

sleva 0 %

BYLINNÉ PLEŤOVÉ VODY A TONIKA

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml I	1000 ml J
60	2501	Pleťová voda citronová	11,-		81,-	187,-	296,-
59	2502	Pleťová voda hřebíčková	11,-		81,-	187,-	296,-
60	2503	Pleťová voda jalovcová	11,-		81,-	187,-	296,-
60	2504	Pleťová voda levandulová	11,-		81,-	187,-	296,-
60	2505	Pleťová voda rozmarýnová	11,-		81,-	187,-	296,-
59	2506	Pleťová voda růžová	15,-		110,-	258,-	412,-
60	2507	Pleťová voda ylang-ylang	11,-		81,-	187,-	296,-
60	2508	Pleťová voda čajovníková	11,-		81,-	187,-	296,-
60	2509	Pleťové tonikum citronové	12,-		92,-	196,-	330,-
59	2513	Pleťové tonikum hřebíčkové	12,-		92,-	196,-	330,-
60	2514	Pleťové tonikum jalovcové	12,-		92,-	196,-	330,-
60	2516	Pleťové tonikum levandulové	12,-		92,-	196,-	330,-
60	2517	Pleťové tonikum měsíčkové	17,-		126,-	262,-	445,-
60	2518	Pleťové tonikum rozmarýnové	12,-		92,-	196,-	330,-
59	2522	Pleťové tonikum růžové	17,-		126,-	262,-	445,-
60	2520	Pleťové tonikum ylang-ylang	12,-		92,-	196,-	330,-
60	2521	Pleťové tonikum čajovníkové	12,-		92,-	196,-	330,-
61	2510	Pleť. ton. Eleuterocc.-propolisové	31,-	129,-	179,-	382,-	

OPALOVACÍ OLEJE

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 20 ml C	100 ml E	200 ml G
76	2601	Opalovací olej SPF 4	42,-		246,-
76	2602	Opalovací olej SPF 7	50,-	210,-	357,-
76	2603	Opalovací olej SPF 10	57,-	236,-	399,-
76	2604	Opalovací olej SPF 15	70,-	290,-	493,-

Firma Aromaterapie Karel Hadek neručí za možné tiskové chyby, správnost údajů v ceníku lze ověřit na našem e-shopu www.karelhadek.eu.

5% sleva podzimních barev se týká všech preparátů takto označených a platí do 20. října 2009

DĚTSKÁ SÉRIE

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E	200 ml G	250 ml H	500 ml I
62	1005	Heřmánkový dětský koupelový olej			44,-		182,-	255,-		510,-
62	1207	Dětský mandlový mycí olej			44,-		182,-	255,-		510,-
64	1602	Nosní olej Baby		146,-	235,-	470,-				
62	2034	Baby K heřmánkový	18,-			139,-	193,-		353,-	
62	2035	Baby L levandulový	17,-			132,-	184,-		326,-	
62	2708	Baby (masážní olej)			37,-		154,-	233,-		466,-
str. kat.	**Kód zboží**					**20 ml C**	**100 ml E**	**200 ml G**	**500 ml I**	**1000 ml J**
63	2709	Masážní olej fenyklový				45,-	187,-	322,-	644,-	1092,-
63	2713	Muttisoft				48,-	199,-	338,-		
64	2729	Testovací sada Baby 9 ks 296,-								

SPECIÁLNÍ PROGRAM COUPEROSE

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	30 ml Z	50 ml D	100 ml E	250 ml H
65	2004	Regenerační krém Althea	37,-		283,-	431,-	859,-
65	2005	Regenerační krém Althea SPF 6	40,-		306,-		
65	1905	Regenerační olej Althea		248,-			
65	1906	Regenerační olej Althea SPF 6		273,-			

ANTICELULITIDOVÁ SERIE „CELLU-THERAP“

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	20 ml C	50 ml D	100 ml E	200 ml G	500 ml I	1000 ml J
66	1001	Koupelový olej Cellu-Therap		76,-		316,-	441,-	882,-	
66	1101	Sprchovací olej Cellu-Therap		58,-		243,-	338,-	676,-	
67	2707	Masážní olej Cellu-Therap		55,-		229,-	320,-	640,-	1088,-
str. kat.	**Kód zboží**		**5 ml A**	**20 ml C**	**50 ml D**	**100 ml E**	**250 ml H**	**500 ml I**	**1000 ml J**
67	2702	Masážní krém Cellu-Therap	28,-		215,-	342,-	679,-	1151,-	
67	2730C	Sada testerů Cellu-Therap 4 ks 198,-							

MASÁŽNÍ OLEJE, KRÉMY A BALZÁMY

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml I	1000 ml J
68	2714	Cayatherm	71,-	296,-	474,-	948,-	1612,-
70	2710	Levandulový	42,-	174,-	294,-	589,-	997,-
70	2711	Mandlovo-třezalkový	41,-	170,-	289,-	578,-	982,-
72	2712	Thermoton	82,-	342,-	581,-		
71	2717	PMS (uklidňující)	86,-	359,-	610,-	1220,-	
71	2718	PMS – PRO (prokrvující)	41,-	172,-	292,-	584,-	
70	2720	Skořicový	42,-	174,-	294,-	589,-	997,-
71	2722	Cosette	99,-	412,-	699,-		
70	2724	Neutrální	36,-	152,-	262,-	524,-	890,-
70	2716	Lecitol Neutral Z	30,-	120,-	218,-	436,-	741,-
69	2719	Lecitol neutral Super	42,-	174,-	294,-	588,-	999,-
N	2721	Lecitol MSC-N			99,-	188,-	320,-
N	2722	Lecitol Lindenol	41,-	172,-	292,-	584,-	993,-
N	2723	Lecitol Royale	51,-	214,-	324,-	648,-	1103,-
N	2724	Lecitol Ylja	52,-	218,-	371,-	742,-	1261,-
N	2725	Lecitol Walo	47,-	196,-	333,-	666,-	1132,-
69	2732	Dr. Voštěp (Holzfälleröl)	70,-	292,-	468,-	936,-	1591,-
74	2727	Testovací sada masážních olejů			12×20	548,-	
		sleva 0 %	**5 ml A**	**50 D**	**100 ml E**	**250 ml H**	**500 ml I**
73	2701	Calen B	14,-		210,-	415,-	620,-
73	2704	Calen K	21,-		311,-	617,-	924,-
73	2705	Tenarene Akut	23,-	175,-	269,-		
73	2706	Tenarene Super	38,-	295,-	458,-		
74	2731	Schoko pack	22,-		251,-	502,-	853,-
74	9501	Termopodložka 1 Ks 1088,-					

Firma Aromaterapie Karel Hadek neručí za možné tiskové chyby, správnost údajů v ceníku lze ověřit na našem e-shopu www.karelhadek.eu.

5% sleva podzimních barev se týká všech preparátů takto označených a platí do 20. října 2009

SPECIÁLNÍ PREPARÁTY

sleva 5 %

str. kat.	kód zboží		Kč 20 ml C	100 ml E	200 ml G	500 ml I
78	2733	Narbenol	83,-	345,-		
78	1809	Depilol	44,-	182,-	291,-	582,-
80	2803	Hemosan	43,-	186,-	298,-	596,-

			5 ml A	30 ml Z	50 ml D	100 ml E	250 ml G	500 ml G	1000 ml J
77	2725	China Balzám	55,-	229,-	303,-				
77	2726	Thermo-Balsam	14,-			215,-	426,-	765,-	1299,-
79	2804	Molusan	29,-		165,-	255,-			
79	2802	Wintershea	33,-		179,-	278,-			

POTRAVINOVÉ DOPLŇKY

sleva 0 %

str. kat.	kód zboží		Kč 100 ml E	250 ml H	500 ml I	1000 ml J
81	3001	Extrakt eleutherococc	175,-	403,-	766,-	1466,-
			100 g E	250 g H	500 g I	1000 g J
81	3002	Eleutherococc – kořen	76,-	129,-	219,-	349,-
82	5105	Vitamín C v prášku, 130g – 133 Kč				

ÉTERICKÉ OLEJE

sleva 5 %

str. kat.	Kód zboží		Kč 10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E
83	4001	Amyrisový – Amyrisöl	160,-	256,-	512,-	870,-
84	4002	Badyánový – Sternanisöl	87,-	139,-	278,-	468,-
84	4004	Benzoin absolue přír. (krystaly) g	245,-	393,-	786,-	1335,-
84	4005	Bergamotový – Bergamotteöl*	198,-	316,-	632,-	1073,-
84	4006	Borovicové jehličí – Kiefernnadelöl	118,-	189,-	379,-	644,-
85	4003	Cedrové dřevo Atlas – Cedernh. Atlas	79,-	125,-	250,-	425,-
85	4007	Cedrové dřevo – Cedernholzöl	79,-	125,-	250,-	425,-
85	4008	Cedrové jehličí – Cedernblätteröl	249,-	399,-	799,-	1360,-
85	4009	Celerový – Selleriesamenöl	222,-	355,-	710,-	1208,-
86	4010	Citronový – Zitronenöl*	116,-	186,-	372,-	634,-

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E
87	4011	Citronový bez terpenů – Zitronen tpa.*		239,-	382,-	764,-	1299,-
86	4012	Citronový extra – Zitronenöl extra*		142,-	228,-	456,-	774,-
89	4013	Citronelový – Citronellaöl		87,-	139,-	278,-	472,-
86	4014	Citronová růže – Citrosenöl		159,-	254,-	507,-	862,-
86	4015	Citronová tráva – Lemongrasöl		93,-	149,-	298,-	506,-
87	4016	Cypřišový – Cypressenöl		179,-	286,-	573,-	974,-
87	4076	Čajovníkový – Teebaumöl		137,-	221,-	442,-	752,-
88	4017	Česnekový – Knoblauchöl		176,-	282,-	564,-	959,-
88	4054	Dobromyslový – Origanumöl		213,-	341,-	682,-	1160,-
88	4018	Elemiový – Elemiöl		173,-	277,-	554,-	943,-
88	4019	Estragonový – Estragonöl		272,-	435,-	869,-	1479,-
89	4020	Eukalyptový – Eukalyptusöl		84,-	136,-	272,-	460,-
89	4096	Eukalyptovo-citronový – Eukal. Citr.		77,-	124,-	247,-	420,-
89	4021	Eukalyptový Koala – Eukal. Koala			1 – 5 ks	82,-	149,-
89	4021	Eukalyptový Koala – Eukal. Koala			6 – 12 ks	76,-	139,-
89	4021	Eukalyptový Koala – Eukal. Koala			13 – 25 Ks	73,-	133,-
89	4021	Eukalyptový Koala – Eukal. Koala			26 Ks a více	70,-	127,-
89	4022	Fenyklový – Fenchelöl		115,-	184,-	369,-	627,-
90	4023	Grapefruitový – Grapefruitöl*		137,-	221,-	442,-	752,-
90	4024	Heřmánk. žlutý – Kamillenöl gelb	452,-	678,-	1086,-	2172,-	3693,-
90	4025	Hřebíčkový – Nelkenöl		81,-	130,-	260,-	440,-
91	4026	Jalovcový (bobule) – Wacholderbeeröl		230,-	368,-	735,-	1249,-
N	4101	Jalovcový extra (bobule)		289,-	463,-	925,-	1573,-
91	4027	Jedlové šišky – Edeltannenzapfenöl		178,-	284,-	568,-	966,-
92	4028	Kadidlovníkový – Weihrauchöl	284,-	427,-	685,-	1370,-	2330,-
92	4029	Kafrový – Kampferöl		54,-	87,-	173,-	294,-
92	4030	Kafr přírodní(krystaly/g) – Kampfer		89,-	143,-	285,-	484,-
93	4031	Kajeputový – Cajeputöl		99,-	161,-	323,-	549,-
93	4032	Kanangový – Canangaöl		192,-	307,-	614,-	1045,-
91	4033	Jehličí kleče – Latschenkiefernöl		173,-	277,-	555,-	955,-
93	4034	Kmínový – Kümmelöl		168,-	269,-	539,-	916,-
93	4035	Koprový – Dillkrautöl		267,-	428,-	856,-	1459,-
93	4036	Koriandrový – Corianderöl		203,-	327,-	654,-	1109,-

Firma Aromaterapie Karel Hadek neručí za možné tiskové chyby, správnost údajů v ceníku lze ověřit na našem e-shopu www.karelhadek.eu.

5% sleva podzimních barev se týká všech preparátů takto označených a platí do 20. října 2009

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E
94	4038	Lavandinový – Lavandinöl		133,-	213,-	426,-	722,-
94	4039	Levandulový extra – Lavendelöl extra		186,-	299,-	598,-	1019,-
94	4097	Litsea-Cubeba* – Litsea Cubebaöl*		103,-	164,-	328,-	558,-
95	4040	Majoránkový – Majoranöl		203,-	325,-	651,-	998,-
95	4041	Mandarinkový červený – Mandarinenöl*		174,-	278,-	556,-	945,-
95	4098	Mandarinkový zelený – Mandarinenöl*		171,-	274,-	548,-	932,-
95	4042	Máta kadeřavá – Krauseminzöl		223,-	358,-	716,-	1217,-
96	4043	Máta peprná – Pfeffeminzöl		104,-	166,-	332,-	565,-
96	4044	Mateřídouškový – Quendelöl		217,-	347,-	694,-	1180,-
96	4045	Medový – Honigwachsöl	276,-	414,-	663,-	1325,-	2252,-
96	4046	Meduňkový indicum – Melissenöl ind.		75,-	120,-	240,-	406,-
97	4047	Mentolový přír. (krystaly g) – Menthol		103,-	165,-	330,-	559,-
97	4048	Mrkv. semena – Karottensamenöl	237,-	356,-	570,-	1139,-	1937,-
98	4049	Muškátový květ – Macisblütenöl		203,-	327,-	654,-	1109,-
98	4050	Muškátový ořech – Muskatnussöl		190,-	306,-	612,-	1039,-
98	4051	Myrhový – Myrrhenöl	259,-	389,-	623,-	1245,-	2117,-
98	4052	Myrtový – Myrtenöl		202,-	323,-	646,-	1097,-
99	4053	Niaouliový – Niaouliöl		168,-	268,-	537,-	912,-
99	4055	Pačuliový – Patchouliöl		195,-	292,-	585,-	994,-
87	4057	Černý pepř – Pfefferöl schwarz		203,-	325,-	650,-	1105,-
99	4099	Pelargoniový – Geraniumöl (Egypt)		195,-	292,-	585,-	994,-
99	4058	Petrželový – Petersilienblätteröl		322,-	512,-	1029,-	1749,-
100	4059	Pimentovníkový – Bayöl		248,-	397,-	794,-	1349,-
100	4060	Pomerančový – Orangenöl*		49,-	65,-	130,-	220,-
100	4061	Pomeranč. bez terpenu – Orang. tpa.*		178,-	285,-	570,-	969,-
100	4062	Pomerančový extra – Orang. extra*		77,-	124,-	247,-	420,-
100	4063	Pomerančové listí – Petitgrainöl		119,-	191,-	382,-	650,-
101	4064	Puškvorcový – Kalmusöl		173,-	278,-	555,-	944,-
101	4065	Rozmarýnový extra – Rosmarinöl		114,-	183,-	366,-	622,-
N	4100	Rozmarýnový spa.		137,-	221,-	442,-	752,-
101	4066	Růžová palma – Palmarosaöl		116,-	185,-	370,-	629,-
102	4067	Růžové dřevo – Rosenholzöl		303,-	486,-	972,-	1653,-
103	4069	Saturejkový – Bergbohnenkrautöl		280,-	448,-	895,-	1522,-

str. kat.	Kód zboží		Kč 5 ml A	10 ml B	20 ml C	50 ml D	100 ml E
103	4070	Skořicová kůra – Zimtrindenöl		289,-	463,-	925,-	1573,-
103	4071	Skořicový – Zimtöl		159,-	255,-	510,-	866,-
103	4072	Smrkové jehličí – Fichtennadelöl		103,-	165,-	330,-	565,-
104	4073	Spajkový – Spiköl franz.		170,-	273,-	545,-	927,-
104	4074	Šalvějový – Salbeiöl		183,-	292,-	585,-	994,-
104	4075	Šalvěj muškátová – Muskat.-Salbei		224,-	358,-	716,-	1217,-
105	4077	Tújový – Thujaöl		108,-	173,-	346,-	589,-
105	4078	Tymiánový červený – Thymianöl rot		258,-	412,-	825,-	1402,-
105	4079	Tymiánový světlý – Thymianöl hell		99,-	158,-	317,-	538,-
106	4080	Vavřínový – Lorbeerblätteröl		229,-	365,-	730,-	1242,-
106	4081	Vetiverový – Vetiveröl		249,-	399,-	799,-	1360,-
106	4082	Ylang-ylang – Ylang-Ylangöl		170,-	272,-	544,-	925,-
106	4083	Yzop – Ysopöl		437,-	699,-	1399,-	2379,-
107	4084	Zázvorový – Ingweröl		254	407,-	814,-	1385,-

EXKLUZIVNÍ ÉTERICKÉ OLEJE

sleva 0 %

str. kat.	Kód zboží		1 ml M	5 ml A	10 ml B	20 ml C	50 ml D
83	4085	Angelika kořen – Angelikawurzelöl	200,-	789,-	1262,-	2019,-	4037,-
90	4086	Heřmánk. modrý – Kamillenöl blau	122,-	486,-	778,-	1244,-	2488,-
91	4087	Jasmínový absolue – Jasminöl	360,-	1441,-	2305,-	3688,-	7376,-
94	4037	Kozlíkový – Baldrianöl	101,-	405,-	648,-	1037,-	2074,-
97	4088	Meduňkový offic. – Melissenöl off.	377,-	1508,-	2413,-	3861,-	7721,-
97	4089	Mimózový absolue – Mimosenöl	178,-	713,-	1141,-	1826,-	3652,-
101	4090	Pomeranč. květ – Neroli – Neroliöl	416,-	1666,-	2666,-	4265,-	8530,-
102	4091	Růžový – Rosenöl	795,-	3179,-	5087,-	8139,-	16278,-
102	4092	Řebříčkový – Schafgarbenöl	172,-	686,-	1098,-	1756,-	3511,-
102	4068	Santálové dřevo – Sandelholzöl	194,-	778,-	1245,-	1992,-	3984,-
103	4093	Slaměnka – Immortellenöl	197,-	789,-	1262,-	2019,-	4037,-
105	4094	Vanilkový absolue – Vanilleöl	194,-	778,-	1245,-	1992,-	3984,-

**Jedná se o skupinu olejů, které mají oproti ostatním sníženou trvanlivost. Proto u nich vyznačujeme záruční lhůtu 1 rok. Tyto éterické oleje je nutné skladovat v chladu.*

5% sleva podzimních barev se týká všech preparátů takto označených a platí do 20. října 2009

SMĚSI ÉTERICKÝCH OLEJŮ

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 10 ml B	20 ml C	50 ml D
108	4201	Afrodiziakální – Aphrodite	145,-	232,-	464,-
108	4206	Antiinsekt – Antiinsekt	133,-	212,-	424,-
108	4208	Antirauch – Antirauch	146,-	234,-	468,-
108	4205	Antischnärchen	161,-	258,-	515,-
108	4202	Aromeclima	127,-	203,-	406,-
108	4203	Harmonie	179,-	286,-	572,-
108	4204	Noc lásky – Liebesnacht	276,-	441,-	882,-
109	4212	Relaxační – Relax	245,-	391,-	782,-
109	4213	Senné květy – Heublume	100,-	160,-	320,-
109	4215	Uvolňující – Entspannungsmischung	124,-	197,-	394,-
109	4214	Ušlechtilé dřevo – Edelholz	166,-	265,-	530,-
N	4216	Insektol	123,-	196,-	392,-
N	4217	Nelinol	181,-	289,-	578,-
N	4219	Atemol	163,-	260,-	520,-
N	4218	Virosan	172,-	275,-	550,-

SMĚSI ÉTERICKÝCH OLEJŮ SAUNA

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 10 ml B	20 ml C	50 ml D
110	4401	Čínská sauna	244,-	391,-	781,-
110	4402	Finská sauna	194,-	310,-	619,-
111	4404	Horská sauna	224,-	358,-	715,-
111	4405	Japonská sauna	211,-	337,-	674,-
111	4406	Lesana sauna	194,-	310,-	621,-
111	4409	Polární sauna	272,-	435,-	869,-
110	4412	Ruská sauna	207,-	331,-	662,-
111	4410	Relax sauna	209,-	334,-	668,-

VÁNOČNÍ SMĚSI ETERICKYCH OLEJŮ

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 10 ml B	20 ml C	50 ml D
112	4301	Vánoční čas – Weihnachtszeit	123,-	197,-	393,-
112	4302	Vánoční dárek – Weihnachtsgeschenk	119,-	191,-	381,-
112	4303	Vánoční koleda – Weihnachtslied	162,-	258,-	516,-
112	4304	Vánoční pohádka – Weihnachtsmärchen	225,-	360,-	720,-
113	4305	Vánoční sen – Weihnachtstraum	149,-	238,-	475,-
112	4306	Vánoční večer – Weihnachtsabend	125,-	200,-	399,-
112	4307	Vánoční vůně – Weihnachtsfest	123,-	197,-	393,-
112	4308	Vánoční stromeček – Tannenbaum	124,-	198,-	396,-
113	4309	Ježíšek – Christkind	135,-	216,-	432,-
N	4310	Vánoční hvězda – Weihnachtsstern	85,-	136,-	272,-
N	4311	Vánoční nálada – Weihnachtsstimmung	123,-	197,-	393,-
N	4312	Voňavé Vánoce – Duftige Weihnachten	139,-	222,-	444,-
N	4313	Romantické Vánoce – Romantische Weihnachten	159,-	254,-	508,-

SPECIÁLNÍ SMĚSI ÉTERICKÝCH OLEJŮ

str. kat.	Kód zboží	sleva 5 %	Kč 10 ml B	20 ml C	50 ml D
114	1201	Candisan	208,-	333,-	666,-
114	4210	Thymion	179,-	286,-	572,-
114	4207	Antinikotin – Antinikotin (CZ patent č. 280420)		278,-	
114	4209	Candiöl	196,-	314,-	628,-
N	4220	Aroma-Budík	162,-	259,-	518,-

Firma Aromaterapie Karel Hadek neručí za možné tiskové chyby, správnost údajů v ceníku lze ověřit na našem e-shopu www.karelhadek.eu.

5% sleva podzimních barev se týká všech preparátů takto označených a platí do 20. října 2009

ROSTLINNÉ OLEJE

sleva 5 %

str. kat.	kód zboží		Kč 115 ml U	215 ml V	500 ml I	1000 ml J
117	5001	Arašídový LZS – Erdnussöl	93,-	145,-	276,-	469,-
116	5002	Avokádový olej – Avocadoöl	105,-	164,-	312,-	530,-
117	5003	Brutnákový LZS – Boretschöl	339,-	529,-	1005,-	1709,-
117	5004	Dýňový LZS – Kürbiskernöl	135,-	210,-	399,-	678,-
118	5005	Jojobový LZS – Jojobaöl (DPH 19%)	119,-	187,-	356,-	598,-
118	5031	Konopný LZS	125,-	195,-	370,-	629,-
119	5006	Lněný LZS – Leinöl	81,-	125,-	240,-	399,-
119	5007	Makadamiový LZS – Macadamianussöl	109,-	171,-	325,-	552,-
119	5009	Mandlový LZT – Mandelöl	64,-	101,-	192,-	326,-
117	5022	Z jader andské růže LZS – Hagebuttekernöl	256,-	399,-	759,-	1289,-
118	5017	Z jader hroznů LZT – Traubenkernöl	78,-	123,-	234,-	398,-
120	5019	Z meruň. pecek LZS – Aprikosenkernöl	103,-	160,-	304,-	517,-
121	5020	Z pšeničných klíčků LZS – Weizenkeimöl	149,-	232,-	439,-	746,-
120	5010	Olivový LZS – Olivenöl KGP	109,-	171,-	325,-	552,-
120	5021	Z vlaš. ořechů LZS – Walnussöl KGP	186,-	291,-	553,-	939,-
120	5023	Z vlaš. ořechů LZT – Walnussöl WGP	80,-	125,-	238,-	404,-
121	5011	Pupálkový LZS – Nachtkerzenöl	229,-	358,-	681,-	1158,-
121	5012	Ricinový LZS – Rizinusöl (DPH 19%)	68,-	106,-	201,-	342,-
121	5013	Z rýžových klíčků LZS – Reiskeimöl	78,-	123,-	234,-	398,-
122	5014	Sezamový LZT – Sesamöl	61,-	95,-	183,-	311,-
122	5024	Karité (shea olej) – Karité (Sheaöl)	116,-	181,-	344,-	584,-
122	5015	Slunečnicový LZS – Sonnenblumenöl KGP	78,-	123,-	234,-	398,-
122	5016	Sojový LZT – Sojaöl WGP		28,-	54,-	91,-

KOSMETICKÁ MÁSLA

sleva 5 %

str. kat.	kód zboží		Kč 100 g E	250 g H	500 g I
125	5025	Mangové máslo – Mango-Butter	199,-	398,-	676,-
124	5026	Kakaové máslo – Kakao-Butter	114,-	228,-	384,-
124	5029	Bambucké máslo – Shea-Butter	68,-	136,-	231,-

ROSTLINNÉ OLEJOVÉ MACERATY

sleva 5 %

str. kat.	kód zboží		Kč 115 ml U	215 ml V	500 ml I	1000 ml J
126	5201	Arnikový olej – Arnikaöl	270,-	422,-	799,-	1358,-
126	5202	Kaštanový olej – Kastanienöl	163,-	257,-	488,-	830,-
126	5203	Měsíčkový olej – Calendulaöl	187,-	295,-	554,-	942,-
127	5204	Třezalkový olej S10 – Johanniskrautöl S10	163,-	257,-	488,-	830,-
126	5205	Třezalkový olej W10 – Johanniskrautöl W10	373,-	582,-	1105,-	1879,-

VITAMÍNY

sleva 0 %

str. kat.	kód zboží		Kč 20 ml C	50 ml D	115 ml U	215 ml V
128	5101	Lecitin super	165,-	330,-	643,-	1029,-
128	5102	Pantenol – provitamin B5	39,-	78,-	155,-	243,-
128	5103	Vitamin A	161,-	321,-	628,-	984,-
128	5104	Vitamin E	139,-	278,-	551,-	863,-

PŘEVODNÍ TABULKA OBJEMŮ NA PÍSMENOVÝ KÓD

A	5 ml	D	50 ml	H	250 ml	M	1 ml	U	115 ml
B	10 ml	E	100 ml	I	500 ml	S	35 ml	V	215 ml
C	20 ml	G	200 ml	J	1000 ml	T	15 ml	Z	30 ml

Fotosoutěžení

Myšlenka uspořádání fotosoutěže pro čtenáře *Aromaterapie* se mi zalíbila od první chvíle, kdy mi proběhla hlavou. Již samotná změna tématiky – neodpovídat na položené otázky, ale dát volnou ruku tvorbě – v sobě skrývá daleko větší dávku aktivity. Vůbec mě však nenapadlo, jak obtížné v tomto případě bude vyhodnocování. Odpovídání na položené otázky má předem stanovená pravidla. Následně již jen proběhne jednoduchá kontrola. Správná, nesprávná. Ty správné skončí v „klobouku“, a pak vše záleží na „unaveném štěstíčku“, na koho si zamane usednout.

Fotografií se sešlo požehnaně, a tak se prohlíželo a prohlíželo. Počátek byl celkem lehký. Mírně rozmazané, či jinak technicky nedokonalé fotografie musely ustoupit těm lepším. Do užšího výběru pak postupovaly pomalu ale jistě soutěžní fotografie podle přísloví, že jen nejlepší se dostane do finále. A v tom právě vidím ten kámen úrazu. Těch nejlepších bylo o hodně více než oněch deset, které měly být vybrány. A tak se s těžkým srdcem vylučovaly opravdu hezké a zajímavé fotografie, které by zcela jistě měly své místo mezi těmi vybranými. O obtížnosti výběru konec konců svědčí i skutečnost, že naprosto neplánovaně otiskujeme i několik fotografií, které obdržely zvláštní ocenění časopisu Aromaterapie. A tak nezbývá než poděkovat Vám všem, kteří jste poslali své snímky do soutěže a popřát těm, jejichž „úlovky“ byly vybrány do první desítky. I tak mi ale v kontextu s touto fotosoutěží bude vrtat v hlavě, proč deset není alespoň padesát. Které fotografie jsou ty vítězné? Posuďte sami, věnujeme jim celou stránku v této *Aromaterapii*.

PODZIMNÍ SOUTĚŽ

Podzim díky úbytku sluníčka a deštivému počasí zrovna nemusím. Má však i svoje kouzla. Doslova barevná kouzla. A tak otázku, jakou barvu má éterický rozmarýnový olej, si klidně může každý odpovědět sám pro sebe a mimo soutěž.

I tentokrát zůstaneme u fotosoutěže a jejím tématem bude podzim a jeho barvy.

E-mailová adresa: akh-soutez@email.cz se již nyní těší na Vaše snímky. Uzávěrka soutěže je 20. října 2009.

Všichni účastníci zasláním fotografií dávají automaticky souhlas s jejich případným zveřejněním v časopise Aromaterapie.

1. cena: odběr zboží v hodnotě 1000 Kč
2. cena: odběr zboží v hodnotě 750 Kč
3. cena: odběr zboží v hodnotě 500 Kč
4.–5. cena: odběr zboží v hodnotě 300 Kč
6.–10. cena: odběr zboží v hodnotě 150 Kč

AROMATERAPIE

časopis pro zdraví a krásu č. 3/2009

VYDAVATEL A ADRESA REDAKCE:

Aromaterapie Karel Hadek s. r. o.
Tovární 510
CZ–349 01 Stříbro
&
Cosmetic Karel Hadek
Waldstraße 12
D–92539 Schönsee

REDAKCE:
e-mail: casopis@karelhadek.eu
Karel Hadek, Lenka Hadek,
Vlastimila Kolarčíková, Michaela Švorcová

SOUTĚŽ:
soutez@karelhadek.eu

INZERCE:
inzerce@karelhadek.eu

GRAFICKÁ ÚPRAVA:
Rodad–Reklama, www.rodad-reklama.cz

PŘÍJEM OBJEDNÁVEK:

Aromaterapie Karel Hadek
Tovární 510
CZ–349 01 Stříbro

Tel.: +420 374 625 428
Fax: +420 374 625 384
Vodafone: +420 777 274 059
O2: +420 722 458 765
T-Mobile: +420 731 336 475
E-mail: objednavky@karelhadek.eu
info@karelhadek.eu
Skype: aromaterapie_karel_hadek
Poradna – tel.: +420 374 625 428
Reklamace: reklamace@karelhadek.eu

Německo:
E-mail: KarelHadek@karelhadek.eu
Skype: karelhadek

www.karelhadek.eu

Publikované články nemusí vyjadřovat názor či stanovisko vydavatele časopisu.
Za obsah otištěných článků plně odpovídají jejich autoři.
Všechny články, fotografie a kresby otištěné v tomto vydání časopisu Aromaterapie Karel Hadek jsou majetkem firmy Aromaterapie Karel Hadek s. r. o.
Jejich další používání a šíření, byť jen jejich části bez, svolení vydavatele není povoleno.
Nevyžádané příspěvky a fotografie se nevracejí.

V případě zájmu o bezplatnou, nekomerční inzerci v časopise zasílejte své inzeráty na adresu firmy.

AROMATERAPIE® Karel Hadek

Aromaterapie Karel Hadek s. r. o.
Tovární 510
349 01 Stříbro

OP

P. P.
982307-1589/2009
349 01 Stříbro

Vůně smaženice je zcela jistě také aromaterapie!